الشباب والزواج الناجح

تأليف
الدكتورة كلير فهيم
استشارى نفسية وعصبية وطب نفسى أطفال
جامعة لندن



الناشر
مكتبة الثقافة الدينية

الشباب والزواج الناجح

تأليف

الدكتورة كلير فهيم
استشاري نفسية وعصبية وطب نفسي أطفال
جامعة لندن

الناشر
مكتبة الثقافة الدينية

الطبعة الاولى
١٤٢٩هـ - ٢٠٠٨

الناشر
مكتبة الثقافة الدينية
٥٢٦ شارع بورسعيد - القاهرة
٢٥٩٢٢٦٢٠-٢٥٩٣٨٤١١ / فاكس: ٢٥٩٣٦٢٧٧
E-mail: alsakafa_aldinay@hotmail.com

بطاقة الفهرسة
إعداد الهيئة المصرية العامة لدار الكتب والوثائق القومية
إدارة الشئون الفنية

فهيم ، كلير
الشباب والزواج الناجح/ كلير فهيم
- ط ١ - القاهرة : مكتبة الثقافة الدينية ٢٠٠٨
١٨٠ ص : ٢٤ سم
تدمك : ٩٧٧-٣١١-٣٨٣-٧
ا- الزواج
أ- العنوان

ديوى : ٣٠١,٤٢

رقم الايداع : ٢٢٢٥ /٢٠٠٨

المقدمة

******

يسعدني أن أقدم هذا الكتاب لأبنائنا وبناتنا، الشباب والمتزوجين، والمقدمين على الزواج، ليكون لهم نبراسًا ينير لهم الطريق إلى الصحة النفسية والسعادة في الحياة الزوجية.

فهو يوضح اللبنات اللازم توافرها لتماسك بنيان الأسرة حتى يظللها المناخ الذي تسوده: المحبة والمودة، والتسامح، وتأكيد لمعنى المشاركة الأمنية للمحافظة على الوحدة الأسرية المتماسكة.

وقد وضحت أهمية الانتماء الأسري ومسئوليات كل من الزوجين في تجنب الشعور بالاغتراب وتحقيق فكر الانتماء والوحدة.

وقد أوضحت في هذا الكتاب بعض الأشواك والعثرات التي ينبغي تجنبها حتى لا يصاب البنيان الأسري بالتفكك.

إنه دليل شامل للحياة الزوجية الناجحة في جوانبها المادية والمعنوية جميعًا، وهو لا يكاد يدع شيئًا مما يدخل في حياة الزوجين دون أن يتناوله بأصالة تعكس استبصارات نفسية شديدة وعميقة صيغت في بساطة ووضوح قل أن يتيسر مع هذا العمق، فهو من هذه الناحية كتاب عامر بالخبرة، غني بالحكمة، حافل بالموعظة، شامل في نظرته، إنساني في اتجاهه وتوجيهه، نفيس بتحليلاته وتوجيهاته العملية السهلة التي يغفل المرء تقدير قيمتها في زحمة ما يستغرقه من أمور الحياة، فيغفل معها الطريق إلى المتعة الحق وإلى الإشباع والسعادة وهدوء البال.

وأخيراً، إن هذا الكتاب ينبغي أن يهم كل إنسان يستشعر لحياته قيمة، وهو بصفة خاصة ينبغي أن يهم الأزواج والزوجات جميعًا، أعني أولئك الأزواج والزوجات الذين يريدون لحياتهم الزوجية أن تظل شجرة عطرة متجددة عامرة بالحب أبداً.

***

الفصل الأول

أهمية التقارب النفسي والفكري
خلال فترة الخطبة

المقدمة

(١) أهمية فترة الخطبة.

(٢) كيف تعرف أنك مؤهل للزواج في فترة الخطوبة، وما هي شروط التأهيل للزواج؟

(٣) الصراحة في الحب، في فترة الخطبة.

(٤) فرق السن المناسب بين الخطيبين.

(٥) تأثير مرض أحد الخطيبين على الزواج:

- إذا كان الخاطب مدمناً، فهل يؤثر على الزواج مستقبلاً؟
- إذا كان أحد الخطيبين مصاباً بمرض نفسي أو عقلي، ما تأثير ذلك على الأبناء مستقبلاً؟

(٦) تأثير زواج الأقارب.

(٧) تأثير اختلاف النواحي الثقافية.

(٨) الأسباب التي تؤدي إلى فسخ الخطبة.

وأخيراً ...



الفصل الأول

أهمية التقارب النفسي والفكري خلال فترة الخطبة

* * * * * *

المقدمة:

إن فترة الخطبة فرصة ثمينة لبناء الفكر المشترك للمخطوبين.

من الطبيعي ألا يكون المخطوبين صورة واحدة مطابقة تمام التطابق لبعضهما البعض. ولكن أي تباين بروح الحب الصافي يمكن أن يتحول إلى بركة تزيد من أواصر الوحدة أي أنه يصبح تباين في إطار الوحدة.

ويتطلب هذا أن يتحلى كل طرف بثلاث فضائل أساسية:

الأولى: تفهم الآخر واحترام مشاعره وظروفه.

الثانية: العمل على اللقاء في منتصف الطريق.

الثالثة: عدم إدخال الآخرين إلا بموافقة الشريك. ولعل هذا يوضح أن التعامل بين المخطوبين يحتاج إلى نعمة الله للخروج من الذات إلى الآخر، وللتسامي فوق الذات لصالح البيت المشترك والحياة المشتركة.

(١) أهمية فترة الخطبة:

إن فترة الخطبة هي أولاً وأخيراً، فترة اختبار وتعارف قد تنتهي أولاً، تنتهي بالزواج وفقًا لظروف وأسباب وعوامل كثيرة:

- ومن هنا كان تميز هذه الفترة بالعلاقات الطاهرة لا الطائشة.

- وبأنها معاونة كل طرف للآخر على تثبيت ما يتميز به من فضائل والتخلص مما يعاني منه من نقائص أو ضعفات.

- وعلى ضوء ظروف العصر فإن التخلص من المظاهر وأخذ الأمور بجدية والاهتمام بجوهر الأشياء: كتأكيد معاني المحبة، واكتساب المرونة والحكمة في مواجهة تغيير خط الحياة:
  - كالسفر إلى قطر شقيق وهو ما نسميه بالهجرة الجزئية أو
  - إضافة عمل جديد لتنمية الإيرادات أو
  - إعادة النظر في عمل الزوجة.

إلى غير ذلك من المتغيرات التي يتميز بها جيلنا العصري، والتي تحتاج إلى الإتكال على نعمة الله، ومن الطبيعي أن تزداد هذه المسئوليات بوصول الأطفال مما يزيد الحاجة إلى هذه النعمة، والإلحاح في طلبها.

(٢) كيف تعرف أنك مؤهل للزواج في فترة الخطوبة؟

ما هي شروط التأهل للزواج؟

(١) النمو الروحي والتخلص من الأنانية والتمركز الذاتي.

(٢) النضج الجسمي والنفسي والاجتماعي.

(٣) القدرة على تحمل المسئولية المشتركة بفرح وجد واحتمال عيوب الآخر دون ضجر.

(٤) التحرر من كافة الضغوط المادية والنفسية الداخلية والخارجية التي تمنع الحرية الحقة في الاختيار.

(٥) التعفف الجنسي والقدرة على الحياة الطاهرة حتى يكون اللقاء مع الآخر على مستوى العفة المعاشة قبل الزواج.

(٣) الصراحة في الحب.. وفي فترة الخطبة:

من المؤكد أن الحب يفقد جوهره إذا افتقر إلى الصراحة بين الطرفين، والصراحة تكون مطلوبة على امتداد مراحل الحب في حياة الرجل والمرأة سواء كان ذلك في فترة الخطوبة أو فترة الزواج.

فالحب لا يمكن أن يعيش أو ينمو إلا فوق أرض ثابتة، ولا تكون أرض الحب ثابتة أو صامدة إلا إذا كانت الصراحة طابع العلاقة بين الجنسين.

أما إذا تسلل إلى العلاقة العاطفية أي زيف أو كذب أو تدليس فإن ذلك يعني القضاء على الحب إن عاجلاً أو آجلاً.

إن الالتواء والبعد عن الصراحة يؤدي إلى فقدان الثقة، وفقدان الثقة بالمرأة أو الرجل معناه تلاشي الحب نهائيًا، إن الصراحة هي التي تحدد مبادئ الإنسان ومواقفه. فإذا كان شريفًا وصادقًا ومخلصًا فإنه لابد أن يكون صريحًا.

ولكن هل للصراحة حدود؟

الحقيقة أن الصراحة سلاح ذو حدين، فمن الضروري أن تتحلى (بالحكمة) في عملية المصارحة.. فليست كل الأشياء تقال وخاصة إذا كانت لا تفيد وإن كان من الممكن أن تضر.. **وعلى سبيل المثال:**

لو صارحت الفتاة خطيبها بأنها كانت مخطوبة لغيره فهذه الصراحة مفيدة، ولكن أن تتحدث هذه الفتاة عن تفاصيل العلاقة بينها وبين خطيبها السابق وأن تجتر ذكرياتها الماضية، فهذه هي الصراحة التي تضر.

إن (الماضي) ملك الحقيقة، أما ذكريات هذا الماضي فإنها ملك الشخص نفسه وليس لنا أن نفرط فيما نملكه لأنه ليس له من حصاد غير الندم والحسرة.

وأخيراً الصداقة بين الخطيبين مطلوبة وضرورية من أجل أن نكون صادقين مع أنفسنا ومع من نحب.. ومع توافر الحكمة في عملية الصراحة.

(٤) فرق السن المناسب بين الخطيبين:

فرق السن له تأثير كبير على الصحة النفسية للزوجين، ولا سيما إذا كان الفرق كبيراً حيث إنه حين يصل الزوج إلى السن الذي يتحول فيه إلى الحياة الهادئة البعيدة عن أي نشاط تكون الزوجة قد بدأت حياتها المشرقة المملوءة بالحيوية والنشاط. **في هذه الحالة:**

تختلف الميول والهوايات - وتنشأ الخلافات بين الزوجين، وتصبح الزوجة في حالة عدم رضا، وتندم على سوء حظها، الأمر الذي يؤدي في النهاية إما: إلى انحراف الزوجة أو إصابتها بالاضطراب النفسي.

أما بخصوص فرق السن المناسب بين الزوجين: تبين من الدراسات المختلفة أن يكون في حدود ٦ - ٨ سنوات.

وإذا كانت الزوجة في نفس سن الزوج، فليس لذلك تأثير سيء على الصحة النفسية للزوجين، ما دامت العوامل الأخرى التي تساعد على تحقيق الصحة النفسية للزوجين متوافرة.

(٥) تأثير مرض أحد الخطيبين على الزواج:

يتوقف منع إتمام الزواج على نوع المرض:

* إذا كان قابلاً للشفاء التام يستحسن تأجيل الزواج إلى ما بعد الشفاء.

* إذا كان غير قابل للشفاء أو مزمناً - فإن الزواج سوف لا يكون موفقاً.

* إذا كان مرضاً عقلياً أو نفسياً - فاحتمال الوراثة فـ -

لذلك: ينبغي الفحص الطبي النفسي والعصبي قبل الزواج ضمانًا لحل أي مشكلة من هذا النوع.

وكذلك، يجب أن نضيف أن الأمانة والضمير الحي يحتكمان ألاّ يكتم الشريك معاناته في هذا الصدد عن شريكه قبل الزواج، وأن يتقدم في شجاعة إلى الفحص الطبي النفسي، لتقرير مصير الزواج مستقبلاً.

إذا كان الخاطب مدمنًا، فهل يؤثر على الزواج مستقبلاً؟

- ينبغي على الخطيبة أن تكون حريصة على عدم إتمام الزواج إلا إذا أقلع خطيبها نهائيًا عن الإدمان على الأقل عامًا كاملاً.
- وإذا لم يتمكن من تنفيذ ذلك فعليها أن توقف هذا الزواج إذ سوف يكون زواجًا فاشلاً وذلك لأن:

* الإنسان المدمن يكون عبدًا للمادة التي يتعاطاها.
* تؤدي ذلك إلى سلوكه منحرف في سبيل الحصول عليها.
* يضاف إلى ذلك، تأثيرها السيء على جميع أعضاء الجسم ولا سيما خلايا المخ.
* ويصاب أخيرًا بالاضطراب النفسي والعقلي خلال فترة الخطبة.

إذا كان أحد الخطيبين مصابًا بمرض نفسي أو عقلي، ما تأثير ذلك مستقبلاً على الأبناء؟

بعض الأمراض العقلية تورث للأبناء، ولا سيما إذا كان أحد الوالدين أو كلاهما مصابًا بمرض عقلي.

كذلك هناك بعض الأمراض «كالصرع» احتمال الوراثة فيه كبير..

الأمر الذي يدعو إلى ضرورة الفحص الطبي النفسي والعصبي قبل الزواج ضمانًا لحل أي مشكلة من هذا النوع. ونتائج الفحص تقرر عما إذا كان هذا المرض وراثي. وفي هذه الحالة يوقف إتمام الزواج، تجنبًا للمشاكل مستقبلاً.

لذلك..

يجب أن نضيف أن الأمانة والضمير الحي يحتمان ألا يكتم الشريك معاناته في هذا الصدد عن شريكه، لتجنبَ الفشل في الزواج مستقبلاً.

(٦) تأثير زواج الأقارب:

من المفضل أن يكون الزواج من غير الأقارب؛ لأنه قد تبين من الأبحاث العلمية المختلفة أن زواج الأقارب يؤدي في بعض الأحيان إلى إنجاب أطفال متخلفين عقليًا، أو لديهم الاستعداد للإصابة ببعض الأمراض سواء من النواحي النفسية أو الجسمية.

(٧) تأثير اختلاف النواحي الثقافية:

إن الاختلاف من الناحية الثقافية بين الزوجين لا يؤدي إلى تأثير سيء على الصحة النفسية للزوجين، إذا كانت العوامل النفسية الأخرى التي تساعد على توفير السعادة للزوجين متوفرة، وإذا كان الاختلاف ليس جوهريًا في الناحية الثقافية.

(٨) الأسباب التي تؤدي إلى فسخ الخطبة:

نتيجة البحوث المختلفة في هذا المجال تبين ما يأتي:

١- عدم التفاهم بين الخطيبين	٤٠,٧٪
٢- عدم التوافق النفسي بين الخطيبين	٢٩,٦٪
٣- الاختلاف على الأمور المادية	٣٧٪

٤- سوء معاملة الأهل من الطرفين لأحدهما ٢٥,٩٪

٥- تباين المستوى الفكري ١٤,٨٪

٦- جهل الفتاة بظروف خطيبها المادية ١١,١٪

٧- اختلاف المستوى الروحي بينهما ١١,١٪

٨- ظهور أحدهما أمام الآخر بصورة مغايرة لواقعه ١١,١٪

٩- شذوذ أحد الطرفين ٣,٧٪

وأخيراً..

عند الاختيار لا بد من فترة يحاول فيها كل طرف أن يقترب من الآخر ويتعرف على طبعه وسلوكه ثم يقرر إذا كان هذا الشخص يمكن أن يمضي معه بقية حياته أم لا.. وهذه الفترة هي فترة الخطوبة.. وهي مرحلة لها أهميتها في تعرف كل شريك على الآخر، وبناء علاقة واضحة المعالم لا غموض فيها ولا تقنع.

إن الفترة التي تسبق الزواج (الخطوبة) هي فترة الاختبار والاختيار، وعندما لا يحفل أي من الشريكين بكل هفوة أو انحراف يبدو في طبع أو شخصية أي منهما.. وعندما يكون واضحًا الاختلاف الكبير بين أهداف كل منهما ونظرته إلى الحياة.

عندما يكون ذلك وغيره موجودًا، ومع ذلك يستمر مشروع الزواج فإن سوء الاختيار يكون سمة هذا الزواج. وهذا قد يعرضه للفشل والانهيار.

***

الفصل الثاني

الفروق بين الرجل والمرأة

المقدمة

(١) بعض الاختلافات بين الرجل والمرأة:

أولاً: من حيث القوة والضعف.

ثانيًا: المزاج.

ثالثًا: تحقيق الذات.

رابعًا: التفكير.

خامسًا: الجنس.

سادسًا: الاختلاف التشريحي بين عقل الرجل وعقل المرأة.

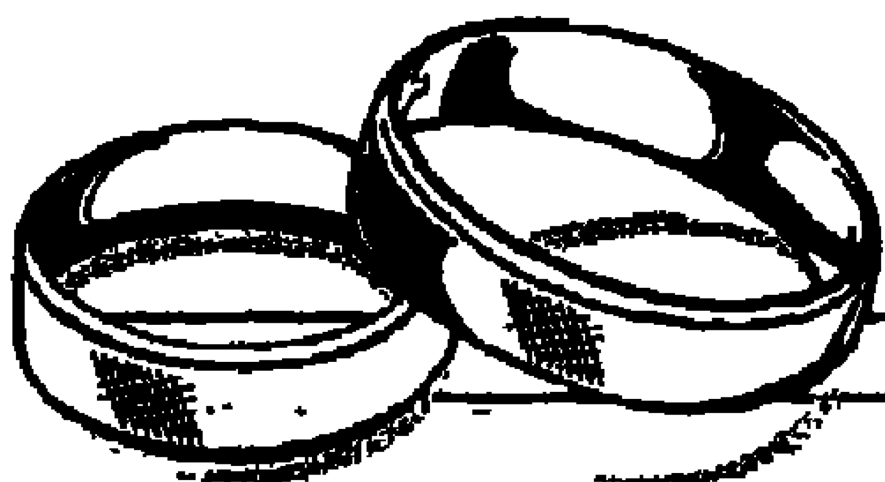
- مرض الاكتئاب.
- مرض الفصام.
- مرض الزهايمر.

سابعًا: الزواج.

(٢) تأثير الفقر على المرأة.

(٣) فروق أخرى بين الرجل والمرأة.

وأخيرًا .. للزوجين.



الفصل الثاني

الفروق بين الرجل والمرأة

* * * * * *

المقدمة:

عندما نتكلم عن الفروق أو الاختلافات بين الرجل والمرأة لا نقصد أبداً أن نقارن بين الجنسين بهدف تبيان أيهما يمتاز على الآخر. لكننا نقصد أن الجنسين مختلفان سيكولوجيا بحيث يكمل أحدهما الآخر.. فالله عندما خلق حواء من آدم لم يخلق رجلاً آخر أو صورة طبق الأصل من آدم لكنه خلق امرأة تتكامل مع الرجل. وهذا الاختلاف لا ينقص من قدر أحدهما عن الآخر.

وقد تبين أن نسبة كبيرة من المشكلات تنشأ من عدم فهم الرجل لزوجته أو الزوجة لزوجها.. فكل منهما يتوقع أن يكون الآخر مثله يفكر مثله ويشعر مثله.

(١) بعض الاختلافات بين الرجل والمرأة:

وفيما يلي سأحاول أن ألقي الضوء على بعض هذه الاختلافات:

أولاً: من حيث القوة والضعف:

فعندما نقول إن الرجل أقوى من المرأة، فنحن نقصد الناحية الجسمية والعضلية. فالرجل قوي العضلات يميل للخشونة عادة. بينما المرأة ضعيفة العضلات تتميز بالرقة واللطف في التعامل. وهذه الأوصاف هي الغالبة.

فهناك رجال ضعاف البنية، وهناك نساء يتميزن بالعنف الشديد. لكن هذه الفئة شاذة لا يُقاس عليها.

ويلاحظ أن الصفة الجسمية تنعكس على السلوك، فالأضعف يعتمد على بطبيعة الحال على الأقوى ويتوقع منه الحماية والأمن.

كما نجد أن الرجل يحاول حل مشكلاته حتى ولو بالعنف، في حين المرأة غالبًا للحيلة وللدموع للوصول إلى حقوقها.

ورغم قوة الرجل الجسمانية، فإن المرأة أقوى من الرجل في تحمل الآلام والتعب والمشقة، فهي تتحمل أعظم الآلام بصبر، فآلام: الحمل والولادة والسهر على الأبناء في مرضهم تتحملهم الأم بقوة وطول أناة.

ثانيًا: المزاج:

المرأة أكثر تعرضًا للتغيرات المزاجية المفاجئة، وبلا سبب ظاهر، أو لأتفه الأسباب، مما يثير حيرة الزوج، ويرجع هذا غالبًا إلى الهرومونات الأنثوية.

ففي أثناء الدورة الشهرية تكون الأنثى عصبية المزاج، شديدة التوتر، كما أنها تصبح عصبية أيضًا عند بلوغ سن اليأس (ما بين ٤٠-٤٥ سنة)، وهي فترة توقف الهرمون الأنثوي (البروجسترون) وانقطاع الدورة الشهرية.

وهذه التغيرات، تتطلب أن يتعامل الزوج مع زوجته (في هذه الفترات) بشيء من التفهم والتقدير لظروفها.

ثالثًا: تحقيق الذات:

الرجل يحقق ذاته في عمله.. وإذا نجح في العمل فإنه يشعر بالإنجاز والزهو. وهو يصرف الجزء الأكبر من طاقته في عمله.. بل لا يمكن أن يعيش الرجل السوي بدون عمل حتى لو كان غنيًا.. وهو عندما ينهمك في العمل فليس الدافع لذلك زيادة دخله فقط، بل لإثبات ذاته كشخص ناجح.

وأحيانًا لا تفهم الزوجة قيمة العمل بالنسبة للرجل، فتطلب منه التخلي عن بعض مواعيد عمله أو الغياب عنه لشـراء بعض المشتروات مثلاً أو لرحلة أو لقضاء وقت في البيت. . وكثيراً ما تعترض على سفـره أو تليفوناته لإنجاز أعماله مما يثير حيرة الرجل ويسبب له المتاعب.

وعندما يعود من عمله لبيته منهك ينتظر أن تخـفف عنه زوجته متاعبه يفاجأ بها تحاسبه وهي غاضبة بسبب تأخيره.

وأحيانًا تصنع الزوجة لنفسها عـالمًا خاصًا من النشاطات واللجان أو الخروج للأسواق لشـراء مشتروات لـتتغيب عن البـيت أيضًا، في حين يرى زوجهـا أن ما تعمله زوجته أشـياء فارغة. . ولو أن الرجل قدر واحترم الـدور الكبير للزوجة في إدارة بيتها ونجاحها لشعرت الزوجة بأنها تحقق ذاتها في عملها داخل البيت.

كيف تحقق المرأة ذاتها؟

تحقق ذاتها في الحب والأمـومة. . فالمرأة التي تحس أنها غير مـحبوبة تصاب بالعلل النفسية. . وهـي تبحث عن كلمات التقدير سواء من أبيهـا أو أصدقائها أو من زوجها.

لذلك، فإن الزوج الذي لا يقدم لزوجته الحب الذي تحـتاجه يجعلها تبحث عنه في أي مكان، أو مع أي شخص آخـر. لذا قال الكتاب «أيها الرجـال أحبوا نساءكم».

والتعبير عن الحب: يكون بالكلمات أو الرموز كالهدايا أو الرسائل.

والزوج يعبر عادة عن حبه لزوجته بطريقة غير مباشرة.

وعلى الزوجة أن تتفهم تعبيرات حبه غير المنطوقة، كالاهتمام بها في مرضها أو مساعدتها في أعمالها المنزلية.

كما أن المرأة تحقق ذاتها أيضًا بالأمومة:

وهذا ما يسبب تعاسة المرأة العاقر، ويشعرها بأنها لم تنجز.

وهذا ما يجعل كثير من الأمهات اللاتي حرمن من الأمومة يقبلن على العمل في الحضانات أو مدارس الأطفال ويعاملنهم بكل حنان.

ولكن هل تحقق المرأة ذاتها عن طريق العمل أيضًا؟

نعم فالمرأة تشعر بالزهو لنجاحها في العمل. وكثيرات من النساء نجحن في الحياة العملية نجاحًا باهرًا.

لكننا نقول إن نشاط الرجل للخارج بينما نشاط المرأة للداخل، ومهما نجحت في العمل فهي تفتخر بنجاحها في بيتها أولاً، حتى أنها تضحي بعملها في كثير من الأحيان لتجلس بجانب ابن مريض مثلاً، بل إذا تعارض عملها مع مصلحة أبنائها وأمومتها فإنها تضحي بالعمل.

رابعًا: التفكير:

يميل الرجل للفكر النظري المجرد، وهو عندما يفكر يبني افكاره على أسس منطقية من أسباب ونتائج، فيضع المعطيات والمسلمات ويبدأ في التحليل. وعندما يواجه قضية فإنه يحللها بموضوعية أي يحكم عليها من موقع خارج ذاته.

وذلك عكس ما تفعله المرأة، إذ توحد ذاتها مع المشكلة أو مع الأشخاص أصحاب المشكلة، وتضع نفسها مكانهم وتحكم على القضية بتلقائية المشاعر دون أن تعمد كثيراً إلى التحليل، فالمرأة تتمتع بما نسميه الحاسة السادسة، فهي تستنتج أشياء أو تتوقعها دون سبب ظاهر، وكثيراً ما يسخر الرجل من هذه الحاسة بدلاً من أن يستفيد منها.

وتميل المرأة للنواحي العملية أكثر من التفكير المجرد، فهي ترى زوجها يقرأ إذ يجلس وحده ليفكر فتناديه: «أليس الأفضل أن تساعدني؟».

كما أن الرجل ينظر إلى الأمور نظرة كلية دون النظر للتفاصيل.

بينما تهتم المرأة جداً بالتفاصيل، فالمرأة تتوقع من زوجها أن يحكي لها التفاصيل سواء عن عمله أو عن زيارة أو رحلة، لكن الزوج يتكلم عن الموضوعات بشكل عام.

الرجل يتحدث ليعبر عن أفكاره ويوصل المعلومات.

أما المرأة، فتتحدث لتعبر عن مشاعر وعواطف.

وهناك فرق آخر، فالرجل يعود من عمله بعد يوم شاق مجهد يريد أن يمارس هواية من الهوايات كالرسم، لكن الزوجة تعترض لأنه يتسبب في اتساخ الأرض أو في اتساخ ملابسه.

ولعل هذا الاختلاف في التفكير هو الذي يجعل الرجل الذي يتمتع بقدرات عقلية يميل للزواج بامرأة تتمتع بعاطفة قوية وهو يحاول أن يجعلها تصغي لحجج للعقل والمنطق، وهي تلومه لجمود عواطفه.

خامساً: الجنس:

١- **الرجل:** يستطيع أن يمارس الجنس بدون حب فهو كثيراً ما يفصل بين الجنس والعاطفة، فهو يطلب الإشباع الجنسي، لذلك يتودد للمرأة.

أما المرأة: فتحب حتى أنها تقدم نفسها كدليل على هذا الحب.

فالمرأة لا تختبر لذة الجنس ما لم يكن الجنس جزءاً من سياق التوافق والحب. فهي لا تفصل بين الجنس والحب.

وهذا فرق كبير يجب الانتباه إليه.

فالمرأة حين تحب، فإنها تحب بكل كيانها، أما الرجل فقد يمارس الجنس كمغامرة وقتية.

٢- فالإشباع الجنسي عند الرجل مباشر، سريع يطلب الجنس لذاته، وهذا ما يجعل كثير من الزوجات يحتقرن الجنس، وتقول الزوجة لزوجها أحيانًا: «أنت لا تحبني لكنك تريد جسدي فقط».

٣- والرجل يستطيع ممارسة الجنس عقب مشاجرة مع زوجته. وهذا شيء لا تستطيع الزوجة أن تفهمه. فالزوجة لا تفصل بين الجنس ومشاعر الحب.

لذلك، فهي لا تستطيع أن تتغير بسرعة من الشعور بالغضب أثناء الشجار إلى الشعور بالحب.

فالمرأة لا تعرف كيف يستثار الرجل جنسيًا، لذلك فهي تظن أنه ما دام زوجها يحبها فلا يمكن أن يفكر في أي امرأة أخرى أو يستثار منها.

٤- الدافع الجنسي عند الرجل بيولوجي، أكثر منه احتياج عاطفي، والجنس عند الرجل كالبركان، فهو طاقة كامنة تثور لأبسط إثارة، ثم تخبو دوافعه بسرعة بعد اللقاء.

تستثار المرأة بالكلمات الرقيقة واللمسات الحانية والعواطف، وهي تستثار تدريجيًا ببطء كما أن مشاعرها تخبو تدريجيًا أيضًا.

٥- يستطيع الرجل العادي أن يمارس الجنس مع زوجته ويشعر باللذة رغم خلافاته معها، فالحالة والظروف المحيطة به لا تؤثر فيه، فالرجل يفصل بين الجنس والعواطف.

أما المرأة فالعلاقة الجنسية بالنسبة لها أكثر اتساعًا، فهي لا تستمتع أبدًا باللقاء

الجنسي إذا كانت غاضبة أو خائفة تتوقع دخول الأبناء أو الأقرباء أو حتى من رنين التليفون.. لذلك تحتاج الزوجة إلى الشعور بالأمن والحب الذي يبدأ منذ أول اليوم.. وليس عند ممارسة اللقاء.

وبذا يكون اللقاء بالنسبة لها ذا معنى.. كما يكون ممتعًا لأنه تعبير عن حب لشخصها وليس لجسمها.

فالعلاقة الجنسية عند المرأة يفضل أن تبدأ مثل الدخول إلى غرفة النوم بساعات وذلك في جو من الرقة والحب، فالجنس عندها أكثر من مجرد رعشة النشوة بل هي إطار كامل.

٦- يستطيع الرجل العادي أن يمارس الجنس في أي وقت ما دام غير مرهق أو مريض أو حزين أو خائف.

أما الجنس عند المرأة **فله ارتباط غالبًا بالدورة، فهي** أكثر استجابة قبل الدورة الشهرية مباشرة وبعدها.

٧- يعتقد الرجل **بأن العلاقة الجسمية الناجحة** ضرورية لنجاح باقي العلاقات، بينما ترى الزوجة العكس، فهي ترى أن نجاح العلاقات يأتي أولاً كأساس لنجاح العلاقة الجسمية.

سادساً: الاختلاف التشريحي بين عقل المرأة وعقل الرجل:

هناك اختلاف واضح في الناحية التشريحية بين عقل المرأة والرجل:

* فمخ الرجل يحتوي على ضعف الخلايا العصبية الموجودة في مخ المرأة، وفي المقابل فالمرأة لديها ضعف الموصلات العصبية التي لدى الرجل ولذلك، فالأولاد أكثر إصابة من البنات بالتخلف العقلي وصعوبات التعلم، ذلك لأن الجنين الذكر في حاجة أن يبقى على عدد أكبر من الخلايا العصبية في القشرة المخية

أكثر من الجنين الأنثى، فأي عطب يصيب المخ يؤدي إلى فقدان خلايا عصبية هو بحاجة إليها.

مرض الاكتئاب:

بالنسبة لمرض الاكتئاب فقد وجد أن المرأة أكثر إصابة به من الرجل لأن الموصل العصبي المسئول عن المزاج والذي يسمى السيراتونين يصنع بنسبة أقل في مخ المرأة.

كما تختلف الأعراض الاكتئابية بين الرجل والمرأة، فتعبر المرأة عن اكتئابها في صورة أعراض جسمية مثل: الشعور بالإرهاق، واضطرابات الشهية والنوم.

بينما يتوقف الرجل الذي يعاني من الاكتئاب عن العمل، ويبتعد عن النشاطات الاجتماعية.

مرض الفصام:

بالنسبة لمرض الفصام: فقد وجد أن هورمون الإستروجين له أثر فعال في حماية الخلايا العصبية في المخ مما يؤخر ظهور مرض الفصام عند المرأة، كما أنه يقلل من أعراض المرض لديها.

كما وجد أن تأثير الدواء يختلف من المرأة إلى الرجل.

كذلك، أثبتت الدراسات أن المرأة التي تعاني من الفصام تستجيب أسرع لمعظم الأدوية الأخرى المستخدمة في علاج هذا المرض، وبجرعات أقل من التي يحتاجها الرجل كما أن الأعراض الجانبية تختلف من الرجل إلى المرأة.

مرض الزهايمر:

تبين من الدراسات أن المرأة أكثر إصابة بالزهايمر من الرجل، فقد أثبتت

الدراسات أن الاستروجين يحمي المرأة من تدهور الوظائف المعرفية المصاحبة لكبر السن، ولا زالت الدراسات تحاول أن تثبت العلاقة بين الزهايمر وانحدار الاستروجين الذي يتبع انقطاع الدورة الشهرية.

سابعًا: الزواج:

يختلف أثره على كل من الرجل والمرأة، فهناك العديد من الدراسات التي أثبتت زيادة الأمراض النفسية بين النساء المتزوجات مقارنة بالرجال المتزوجين، بينما تقل نسبة المرض النفسي بين النساء غير المتزوجات مقارنة بالرجال غير المتزوجين، مما يدل على أن الكثير من النساء يفقدن الاستقلالية بالزواج.

(٢) تأثير الفقر على المرأة:

يحتل الفقر بالنسبة للنساء ٧٠٪ من فقراء العالم مما يضاعف أعباءهن النفسية، ولذلك لتوفير الصحة النفسية للمرأة يجب أن نؤمن لها ما يأتي:

* حقوقها الإنسانية.. المرأة لها الحق في مستوى معيشي جيد يتوفر فيه: المأكل والملبس والسكن، والمياه النقية، والبنية الصحية الآمنة.
* وكذلك لها الحق، في التعليم الجيد، والعمل المناسب، والأجر المساوي للرجل، والمساواة بينها وبين الرجل في المسئوليات الخاصة بتنشئة الأطفال، وكذلك حقها في التأمين الاجتماعي ضد البطالة والشيخوخة والمرض.
* ومن تأثير الفقر: فالمرأة الفقيرة التي تعني طفلاً فقيراً يعاني من: سوء التغذية، والإعاقة وتدهور المستوى الدراسي، والتسرب المبكر من التعليم، والإصابة بالأمراض المعدية والاضطرابات النفسية المختلفة وارتفاع معدل الجريمة.

* كما أن المرأة الفقيرة التي تحيا في بيئة غير صحية تعاني من العديد من الأمراض مثل: الإصابة بالعدوى، وسوء التغذية، والصداع، والتوتر، وعدم القدرة على التركيز، وبالمثل يتسبب الفقر في العديد من الأمراض النفسية مثل: الاكتئاب، واضطراب الوسواس القهري، والعنف، والقلق، وسوء الاستغلال الجسدي والعاطفي، كما تتنابهن مشاعر سلبية عديدة مثل: الغضب والعدوانية وقلة الحيلة.

وأخيراً..

إن الاهتمام بالصحة النفسية للمرأة يوازي في أهميته الاهتمام بمستقبل الوطن، فهي إنسان قبل أي شيء، وانتهاك حقوقها هو بمثابة انتهاك صريح لحقوق الإنسان.

(٣) فروق أخرى بين الرجل والمرأة:

١ - الاهتمام بالعلاقات:

* عندما تولد البنت تشعر الأم بمشاعر الألفة معها فتربي منذ الطفولة على دفء العلاقات.

* أما الولد فينشأ وعنده استعداد خاص للاعتماد على النفس والاستقلال أو هكذا يعلمونه ويطالبونه.

* فتنشأ البنت وهي تميل إلى الاتصال أما الولد فيميل إلى الانفصال.

* العلاقات عند المرأة جزء من كيانها. أما الرجل بما لديه من دوافع التنافس فيميل إلى الانفصال عن زملائه والاستقلال عن غيره من الرجال فهو يسعى إلى القمة ويريد الانفراد بها.

* أما المرأة، فترتعب من العزلة، مع مرور السنين تميل المرأة للحياة بعيداً عن الناس.. أما الرجل فيكون قد حقق نجاحه ويتخلص من مخاوفه من الآخرين ويبدأ في صنع علاقات ناجحة مع الناس دون أن يشعر بتهديدهم لشخصيته.

٢ - الرجل منطقي حتى في حبه:

فهو يحب غالبًا بعقله، أما المرأة، فهي تحب بقلبها حتى وإن كان المنطق والظروف لا تحبذ هذا الحب.. لذلك، نسمع كثيراً عن نساء يتزوجن من رجال أكبر منهن سنًا بفارق كبير أو أصغر منهن أو أقل منهن مستوى: اجتماعيًا أو ثقافيًا أو بدافع واحد هو الحب.

٣ - الرجال عمومًا يحسون بأخطائهم أكثر من المرأة، وإن كانوا لا يعترفون بأخطائهم بسهولة، أما المرأة فلا تعترف بحقيقة ما في قلبها. فإذا أخذنا نموذجًا لإحساس المرأة نجد أن الحماة تضطهد زوجة ابنها دون أن تعترف أن الدافع هو الغيرة، بل تقول إنها تتصرف هكذا بدافع الحب لابنها وزوجته. وهي تسمع عظات كثيرة عن المحبة دون أن تتحرك مشاعرها من عدم حب زوجة ابنتها.

٤- المرأة بصورة عامة حساسة للنقد أكثر من الرجل، خاصة لو كان هذا النقد يمس شكلها أو ملابسها أو بيتها أو تربيتها لأولادها. أما الرجل فإنه حساس للنقد الفردي الذي ينصب على قدرته في عمله أي قدرته على كسب عيشه، أو عدم قدته على حماية أسرته وقيادتها.

٥- المرأة تهتم منذ طفولتها بحياتها الداخلية والخاصة، أكثر جداً مما يفعل الرجل الذي يهتم بغزو الفراغ الخارجي.

فالمرأة تهتم ببيتها وتوحد نفسها مع بيتها. وعمل المرأة خارج بيتها لا يقارن باهتمامها ببيتها وحياتها الزوجية.

لذا، يجب أن يعني الرجل أهميـة البيت بالنسبة لزوجتـه فيشاركهـا تنظيمه وإدارته، أو على الأقل عدم التسبب في اضطراب نظامه أو اتساخه.

٦ - المرأة غالبًا أكثر إخلاصًا في حبها من الرجل، فهي عندما تحب شخصًا تحبه بكل قلبها وعقلها بل وحياتها.

لذلك فغيرتها على زوجـها أحيانًا بصورة مبالغ فيها لأنها غـيرة على حياتها وكيانها.. أما غيرة الرجل على زوجته فهي غيرة على شيء يخصه وحده.

٧ - هناك العديد من الدراسات التي تشير إلى أن المرأة أكثر من الرجل تأثراً بالمشاحنات والضغوط العصبية خاصة لو تعلق الأمر بأزمة أسرية.. كما أن المرأة تعاني أكثر من الرجل إذا تعرض شخص قريب منها إلى مشكلة جسمية أو ألم ما.

وأخيراً:

للزوجين.. إن دراسة هذا الفـصل تعطي صورة واضحة عن خلفـية شريك الحياة ربما كـان عدد من المشكلات بين الزوجين راجعًا لعدم فهم الاخـتلافات بين الرجل والمرأة.. ومن ثم يمكن أن يناقشا معًا بعض النقاط، والاعتراف بعدم الفهم في هذه الحالة مفيداً جداً.

* * *

الفصل الثالث

الزواج أحد مفاتيح السعادة

المقدمة.

(١) المرأة حين تترك بيت أهلها.

(٢) الزوج حين يترك بيت أهله.

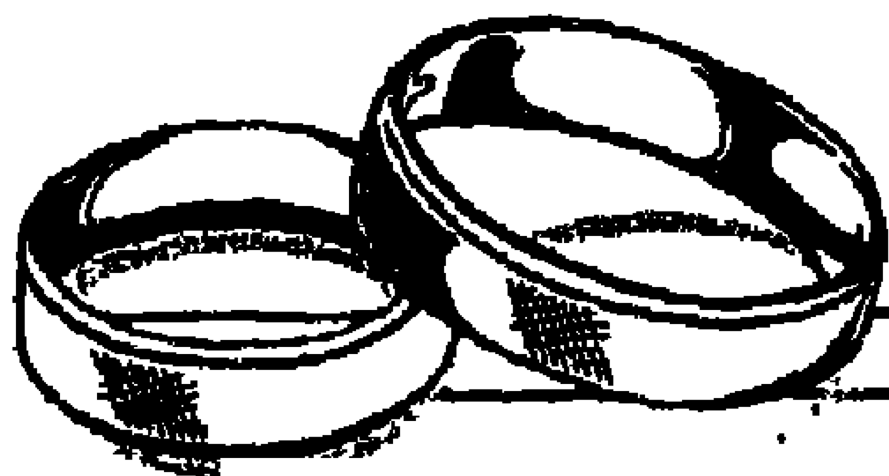
(٣) الزواج أحد مفاتيح السعادة.

(٤) المعوقات الأساسية للزواج الناجح.

(٥) أهمية التوفيق في اختيار شريك الحياة.

(٦) هل من الضروري توافر الحب قبل الزواج؟

(٧) فارس الأحلام.. ومواصفات شريكة حياته.



الفصل الثالث

الزواج أحد مفاتيح السعادة

* * * * * *

المقدمة:

الزواج.. ما أروعه من نظام رباني للجمع بين الرجل والمرأة، ليكونا معًا في بيت واحد ليتشاركا، وليتحابا، ويبقيا معًا في رحلة الحياة، كل منهما يعاون الآخر ويعينه، ويرعاه، ويحافظ ويحنو عليه.. فالزواج هو النظام الأمثل الذي يحقق للإنسان الأمن والاستقرار والسلامة، وكل مقومات السعادة.. فيه الخير كل الخير ليس للإنسان الفرد وحده، ولكن لكل البشرية.

الزواج.. صلة دائمة، وهكذا يجب أن تكون بين الرجل والمرأة عند الزواج.. أي يظلا معًا مدى حياتهما، وألا يفترقا إلا بالشروط التي وضعها الله.

الزواج الحقيقي.. يجب أن تتوافر فيه نية الأبدية، الخلود.. الاستمرار، وأن يقوم على المودة والرحمة لا على شهوة عارضة أو مصلحة مادية أو منفعة شخصية.

(١) والمرأة حين تترك بيت أهلها:

لتعيش مع زوجها فهي تشعر بأقصى درجات الأمان، مدفوعة بفطرتها وغريزتها ورغبتها في أن تتحمل مسئولياتها في الحياة كزوجة وكأم، ولتكون محوراً من محاور الحياة في تكوين أسرة، وتحقيق السكن والاستقرار لهذه الأسرة، ولتهب الرجل أي زوجها: الحب، والحنان، ومتعة الروح والجسد، ولتشاركه الأعباء والتبعات.

وهي من خلال الزواج:

تتعرف على ذاتها الأنثوية، أي أنها تنتمي إلى جنس معين يختلف عن جنس الذكور، ولكنها تكتمل به ومعه، وتكمله من خلال علاقة الزواج. فالاكتمال أي الإدراك الكامل للذات لا يتحقق إلا من خلال الزواج، وبفطرتها تسلك وتتحرك ناحية الرجل ومعه.

(٢) وكذلك الرجل حين يترك بيت أهله:

ليسكن مع امرأته يشعر بالأمان والاكتمال، ويستشعر مسئوليته ناحية زوجته وأسرته، فيعمل على إسعاد هذه الأسرة بشتى الوسائل المادية والروحية.

إذن الزواج مسئولية ورحلة عمل ومشاركة، وإعجاب وحقوق، وكل له دور.

إن علاقة الزوج بالزوجة هي علاقة ذات طبيعة خاصة، ليس كمثلها علاقة، إنها تحتوي على شيء من كل علاقة، في مضمون علاقة الزوج والزوجة شيء من رعاية الأب لأبنائه، وحنان الأم على أطفالها، ومساندة الأخ لأخته.

زد على ذلك الرابط الأبدي الإحساس بالمسئولية المشتركة ومجيء الأطفال يتحملون شيئًا من كل منهما.

زد على ذلك أيضًا تلك العاطفة التي تسكن القلب وتحرك الجسد، ثم تلك العشرة الطويلة التي تخلق الألفة، وتذهب عن الإنسان أحاسيس الوحشة والاغتراب.

وأخيراً نخلص أن الزواج هو معنى الوجود الإنساني، هو الأصل والحقيقة، والجوهر والهدف.

(٣) الزواج أحد مفاتيح السعادة:

السعادة لا توافي المرء من تلقاء نفسها، بل لابد من أن يتخذ المرء من ناحيته خطوة إيجابيـة للاقتراب منها، والالتـقاء بها، يجب أن يعمل وأن يهب بـقدر ما يجني على الأقل - وأن يكون نافـعًا لسواه، ولعل من أعظم مـيادين الحيـاة كلها التي يمكن للإنسان أن يمارس فـيها مهمـة العمل من أجل السعادة، ويـهب فيه من نفسه وخدماته، فيكون نافعًا للغير يسعد سواه هو ميدان الزواج، والحياة الزوجية.

فالزواج يسمو بعواطف المرء من الأنانية ليكرس حـياته لإسعاد الغير، الأمر الذي يوفر فيه لنفسه أيضًا، في جهاده النبيل هذا أسباب السعادة بل أنبل سعادة.

ولكي يستـطيع المرء أن يحقق السعـادة في حيـاته الزوجية ينـبغي أن يكون إيجابيًا في موقفه، يهب ويعطي بقدر ما يجني ويأخذ، فالحياة السعيدة أخذ وعطاء وكلما كان العطاء بسخاء جاء الحصاد أوفى.

وكلما كان الجود بغير طمع، ارتد ثوابًا أجزل.

وكذلك ينبغي أن نعرف:

أن الزواج ليس مجرد تكوين أسرة فحسب، وإنما هو مناظرة الحياة مع إنسان آخر ليعمل كل منهما بعد ذلك على إسعاد نفسه عن طريق إسعاد شريكه، فالحب والثقة وما يصاحبهما من بذل وتعاون هي مفاتيح البيت السعيد.

(٤) المقومات الأساسية للزواج الناجح:

الزواج مسئـولية يتعاون في أدائهـا والقيام بها اثنان: مـؤمن ومؤمنة، لذلك ينبغي أن يعـرفا حقيقـة النواحي الثلاث للزواج وأن كلاً منها وسـيلة وغاية في آن واحد. والتي بواسطتها يمكن تحقيق السعادة الدائمة للزواج.

١ - الناحية العاطفية:

وتهدف إلى تحقيق الترابط أو على الأصح الزمالة الروحية والنفسية التي تتيح للفرد رفيقًا في الحياة يمده بالمساعدة والمآزرة في الكفاح نحو النجاح والسعادة، وهو في الوقت نفسه يزداد رغبة في النجاح والسعادة من أجل الزميل الذي يمده بالقوت العاطفي.

٢ - الناحية الفكرية:

وتهدف إلى الحصول على أنيس يبدد وحشة الوحدة في الحياة، ويساعد المرء على الاستقرار ويبادله التفاهم والرأي والمشورة في شئون الحياة، ويعطف على مبادئه وأهدافه في الحياة ويسرّي عنه عناء الجهاد ومتاعب الكفاح.

٣ - الناحية الجسدية:

وتهدف إلى إشباع الجانب الحسي، الفطري صونًا لطهارة الحياة، روحًا وفكرًا وجسدًا، وحفظًا للنوع، وتزويدًا لكيان المجتمع بخلايا جيدة، ويمد المجتمع بإعطاء حبه في الكرمة الحقيقية، وكما قال الله له المجد «ويكون الاثنان جسدًا واحدًا إذ ليس بعد اثنين بل جسد واحد، فالذي جمعه الله لا يفرقه إنسان».

وإذا كان جمال الجسد لا يلبث أن يتردى مع تقدم العمر، فإن جمال العقل وجمال الروح هما الباقيان، ليظلا أهم مصادر السعادة الزوجية في أواخر العمر.

(٥) أهمية التوفيق في اختيار شريك الحياة:

خير للمرء أن يختار شريك الحياة في تعقل ودراية من أن يتزلق في شهوة الإغراء والجنس، والحب الضعيف - مع الأمل في نموه في المستقبل - فالتعقل في الاختيار أفضل من الحب المندفع الذي لا ينمو.

يجب هنا ألا ننسى أن الحب غير الافتتان: الأول تعقل، والثاني غريزي، بل هما أحيانًا متناقضان بحيث إذا زاد حنان الحب ضعف عدوان الشهوة.

وكذلك، إنه يجب أن يكون للقيم والمعايير البشرية التفضل على القيم والأوزان الاجتماعية في اختيار الزوج أو الزوجة.

فالجمال والصحة والذكاء قيم بشرية ويجب أن تفضل على: الثراء، والمكانة، والثقافة، لأن هذه قيم اجتماعية.

ولكن من الأفضل ألا يكون الاختيار من غير الطبقة الاجتماعية للطرف الآخر أو مخالف في الثقافة؛ لأن التفاوت يعني تفاوتًا في الأذواق، والعادات، والاتجاهات. وإذا كان الاختلاف صغيراً فإن النتائج لا تكون خطيرة، ولكن إذا كان الاختلاف كبيراً فإن هذه النتائج تزداد خطورة.

وخلاصة القول، إن الشاب أو الشابة، حين يختار شريك حياته المستقبلية يلزم أن يطمئن، بقدر الإمكان إلى توافر الصفات التي تحقق لهما السعادة المشتركة، وفي مقدمة هذه الصفات ولا شك توفر مخافة الله والضمير الديني.

يقول الوحي الإلهي: «من يجد زوجة يجد خيراً، وينال رضى من الله»، ولعل كلمة خيراً هنا يقصد بها رفيقًا معينًا وصديقًا مؤنسًا ليتحقق فيه قول آدم حين رأى حواء إلى جانبه: «هذه الآن عظم من عظمي، ولحم من لحمي، هذه تدعى امرأة، لأنها من امرئ أخذت».

ولا شك أن هذا الكلام كله كان بوحي من روح الله، لأن آدم لم يعلم كيف خلق الله حواء، كما لم يره وهو يخلقها لأنه كان نائمًا تحت سبات عميق، ولأن الله وجده وحده فقد قال: (أصنع له معينًا نظيره)، وكان أن أخذ ضلعًا من ضلوعه (ناحية القلب) وجبل منه حواء زوجة معينة ورفيقة صديقة تعيش مع

رجلها رحلة الحياة بآلامهـا وآمالها بمتاعبها وأفراحها، بسلبيـاتها وإيجابياتها، ومن هنا كانت كلمـة الله على لسان آدم «من أجل هذا يترك الرجل أباه وأمـه ويلتصق بامرأته، ويكون كلاهما جسدًا واحدًا، وما جمعه الله لا يفرقه إنسان».

فالأسـاس الروحي للزواج: أنه رابطة إلهـية عـقدهـا الله نفسـه في بداية الخليقة، وحقق بهـا كيان الأسرة الأولى على أساس: الوحدة والتعـاون المستمدين من عمل وإرشاد الله.

على أنني أحب أن أضيف هنا أن الزوج يختـار زوجه يفضل أن تكون ذات حسن ورواء إلى جانب تمتعها بما يشتهـي من صفات روحية وفكرية وخلقية.. فإن الزوج يجب دائمًا أن يستمد من نضرة مظهر زوجته ما ينعش نفسه ويبدد عنه عناء الحياة، كما يجب أن يسـتمد من روحها وفكرها ما يجدد قواه وعـزيمته في كفاحه من أجل العيش، ويبعث في نفسه البهجة والإيناس في أوقات الفراغ.

وكذلك المرأة تحب الرجل المعني بمظـهره والذي يملك من الصفات الروحـية والفـكرية والخـلقـية ما ينمي عـواطفه ومشـاعره وطمـوحه ويؤكد من اسـتقامـته ونزاهته.

وأن اسـتمـرار هذه الصفـات بعد الـزواج خيـر عامل على صـون الروابط الروحية، وبقاء السـعادة الزوجية في أمان من عواصف الحيـاة، مما يحقق السعادة الدائمة للزوجين.

(٦) هل من الضروري توافر الحب قبل الزواج؟

الحب قبل الزواج ليس شرطًا لازمًا لدوام الزواج وسعادته، بل إن من الخير أن ينشـأ الحب بعد الزواج على أسس من المعـاشرة والرغـبة في التـعاون والفـهم المشترك، وليس في هذا إنكار لقيمـة الحب السابق للزواج.. ولكن.. ومن ناحية

أخرى فإن غيـاب هذا الحب ليس معناه أن الزواج مقضي عليه بالفـشل لا محالة، أو أن عدم وجود هذا الحب معناه ألا سبيل إلى تولده بعد الزواج.

بل الواقع أن الحب الذي يتـولد بعد الزواج أقوى وأعظم مـن الحب السابق للزواج، وذلك لأننا نكتشف كل يوم في هذا الشريك صـفات من الشرف والأمانة والرقة والكياسة والذكاء مما يجعلنا نحبه ونعجب به.

بل الواقع أن الحب لا يجـد كل مكوناتـه ومؤهلاتـه أمام الخطبـة الســابقـة للزواج، لما فيهـا من تكلف، وأيضًا لما يقوم به كثـيرون من الخاطبين والمخطوبات من افتـعال في أوقات الزيارة. أمـا بعد الزواج فإن التكلف يسـقط ويبدو كل من الزوجين على طبيعـته بمستوى تربيـته، فإذا استحق الحب على هذا المسـتوى بهذه الطبيعة فإنه يحب وأمكن التعامل معه على أساس الحب والتفاهم.

(٧) فارس الأحلام.. ومواصفات شريكة حياته:

مواصفات كـثيرة يفكر فيها شباب هذه الأيـام قد ترقى إلى المثالية في رحلة البحث عن نصفه الثاني، وشريكة حياته.

*** وبتفصيل أكثر يريد فارس الأحلام:**

أنثى جميلة، أنيقة، لبقة، متدينة، خفيفة الروح، ذكية واجتماعية. لا مانع في أن تكون من أسرة ثرية أو على الأقل ميسورة الحال.

ولتحقيق الناحية الجمالية ينبغي على العروسة:

أن تهـتم بإظهـار جمـالهـا، وتدقق في اخـتيـار مـا يناسبـهـا من الملابس والإكسسوار بلا مبالغة فتبدو أنيقة، ولا تبالغ لأن:

نصف جمال المرأة في لسانهـا فكثير ما يفضل الشباب فتـاة متوسطة الجمال لتحليها بخفة الروح وحلاوة اللسان، فتبدو أكثر جاذبية من فتاة رائعة الجمال.

● جمال المرأة ثلاثة أنواع:

١- جمال لا يراه إلا قلب الرجل.

٢- جمال تراه العيون ولا تشعر به القلوب.

٣- جمال ينقص ويزيد وفقًا لاهتمام المرأة بزينتها وعنايتها بنفسها.

● الشباب.. وصفات شريكة حياته:

* يسعى الشباب في اختياره إلى الظفر بذات الدين صاحبة الخلق الكريم، فيمن تحفظ الله في السر والعلن تحفظ بيتها وزوجها في وجوده وفي غيابه.

* فالزوجة يصفها الناس بأنها بمثابة مرآة لزوجها وسلوكها مع الأهل، والأقارب، والجيران ينعكس عليه بشكل مباشر.

* لذلك يحب الزوج أن تحسن زوجته تمثيله أينما كانت.

* ويريد الشاب المقبل على الزواج أن:

- تتمتع زوجته بالحيوية والنشاط ولا تتحول إلى قطعة أثاث تزين المنزل بل تملأه بالفرح والمرح والبهجة والسرور. لديها الذكاء والقدرة على التفكير. ومشاركة همومه، وأن تكون صديقة له يبوح لها بهمومه.

- فتصبح الملاذ والملجأ الوجداني له عندما تضيق به السبل.

- وأن تتمتع بروح المبادرة في بناء عش الزوجية، وإيجاد الحلول لما يمكن أن يستجد من مشاكل في المستقبل. وأن تحسن تربية الأبناء ورعايتهم. وأن تكون له الأم والأخت والبنت والزوجة.

الفصل الرابع

الحب.. والصحة النفسية والزواج الناجح

(١) معنى كلمة حب.

- ما هو الحب.. أنواع الحب.
- صفات حب المراهقة.
- الأسباب التي تشجع المراهق على الاندفاع في الحب.
- تأثير الاندفاع في الحب على المراهق.

(٢) ما هو الحب المدمر؟

(٣) دور الفرد نحو مساعدة نفسه للتغلب على الحب غير الهادف.

(٤) ما هو الحب الحقيقي؟

- مقومات الحب الحقيقي.
- وسائل الوصول للحب الحقيقي الذي يرتبط بالصحة النفسية.

(٥) ما هو أجمل ألوان الحب؟

(٦) هل من الضروري توافر الحب قبل الزواج؟

(٧) الصحة النفسية والزواج الناجح:

- الارتباط الزوجي - خصائص الارتباط الزوجي.
- خطوات نحو الارتباط.



الفصل الرابع

الحب .. والصحة النفسية .. الزواج الناجح

******

(١) معنى كلمة حب:

تتخـذ كلمة الحب ألوانًا متعـددة من المعاني، بتطور مراحل الإنسـان الزمنية فإنها في الطفولة نجدها في الشباب، غيرها في النضوح.

نجدها في الاكتمال التام للكيان الإنساني السوي الكريم.

فبينما في الطفولة نراها:

براءتها. . وبسمتها الملائكية، تطوف بوجه الأم، وتهيم بحنانها، وتذوب في أحضانها، وتبتسم وتتـهلل للأب، والأخوة، والأخوات، وتفرح وتنتشي للزهرة، والقط، والعصفور.

نجدها قد تغيرت في فترة الشباب:

تتخذ مظهـراً . . سوف يترتب عليه صـلاحية الإنسان ككل، وكـيانه مدى الحياة.

• ما هو الحب؟

اتفق جميع الرواد الموثوق في دراستهم إلى أن الحب الحقيقي، هو الذي يرى في الآخر شخصًا يحب لذاته دون أن يتخذ منه مجرد أداة أو وسيلة لإشباع الأنانية أو إرضاء الميول الذاتية.

ومن هنا كلمة الحب لا تكاد تتصل في معناها عن كلمة الإيثار.

ولهذا يقرأون:

إن كل من يحب شخصًا لجماله أو لماله أو مركزه، فإنه لم يعرف معنى الحب، لأن هذه كلها ليست سوى صفات ليست بالشخص نفسه.

وأما الحب الحقيقي، فإنه لا يحب الآخر لصفاته أو مميزاته بل هو يحبه لذاته.

الحب هو:

عاطفة مشتركة.. ومعناه الحقيقي.. إنه الإحساس بالانتماء.

أو: اثنان يهتم أحدهما بالآخر، ويعتني به، وهو العطاء.. وهو الشعور بالشبع النفسي، والروحي، والعاطفي، وهو في جوهره شيء ثمين جداً.. متى وجد.

● أنواع الحب:

هناك خمسة أنواع للحب:

١- الحب الرومانسي: من أول نظرة - الأفلام - المجلات.

٢- الحب الجسدي.

٣- الحب الإنجابي.

٤- الحب الروحي.

٥- الحب الواقعي.

يشمل كل أنواع الحب: الرومانسي، والجسدي، والإنجابي، والروحي.

٦- الحب الوالدي.

٧- حب الأمومة.

• صفات حب المراهقة:

١- عاطفة مدفوعة برغبة جنسية.

٢- يميل إلى المثالية في الحب.

* ويرى في فتاته المثالية رغم وجود العيوب الواضحة.

* والانهيار حين تتخلى فتاته عنه.

٣- عاطفة المراهقة خيالية تتخطى كل الحدود والأوضاع الاجتماعية.

٤- عاطفة المراهقة، متخيلة، ومتغيرة، ومندفعة.

٥- هذه العاطفة ليست هي الثمرة الناضجة التي ينبغي أكلها للأسباب الآتية:

* مقاييس الحكم على الشخص الآخر سطحية.

* يتغير هذا الإعجاب مع مرور السنين بتغير الظروف.

* يتغير المراهق داخليًا مع النمو.

* يسود وقوع المراهق مع الوقت لتعذيب النفس، ويمكن يقود إلى الرثاء وممارسة العادات الجنسية المنحرفة.

• الأسباب التي تشجع المراهق على الاندفاع في الحب:

١- الحرمان العاطفي في الأسرة.

٢- الميل الطبيعي نحو الجنس الآخر نتيجة التغيرات الفسيولوجية في المراهقة.

٣- التفاخر بين الأصدقاء.

٤- التأثر بالأغاني، والأفلام، والروايات المثيرة الغرامية.

٥- اعتقاد المراهق أن عاطفة الحب دليل على النضج النفسي.

٦- الإحساس بالفراغ العاطفي والبحث عن الحب.

٧- الرغبة في خوض تجربة الحب.

• تأثير الاندفاع في الحب على المراهق:

١- تشتت الفكر:

٢- زيادة الصراع النفسي لتحرك الدوافع الجنسية فيزيدها جنوحًا.

٣- الخلافات الأسرية لتعلق الفتاة بشاب لا زال في مرحلة التعليم.

٤- التحول إلى العلاقات الجسدية تدريجيًا لطول مدة الارتباط.

٥- الانهيارات النفسية قد تعمل إلى الانتحار في حالة اكتشاف تغير في الطرف الآخر.

٦- الاتجاه إلى أحلام اليقظة.

٧- الاضطرابات النفسية والعقلية.

(٢) ما هو الحب المدمر؟

١- الحب المصحوب بالاندفاع الأهوج.

٢- الحب غير الهادف.

٣- وهم الحب.

٤- حب المنفعة.

٥- الحب الذي يصاحبه الاكتئاب والخوف.

٦- الحب الذي يتبعه الندم والإحساس بالذنب.

٧- الحب الذي يعيش في الظلام.

٨- الحب الذي يصاحبه التفكير في الإثم.

٩- الحب الذي يدمر القلوب الطاهرة وهي على عتبات الحياة.

ما هو تأثير الحب المدمر؟

١- يعوق الفرد من أداء عمله المطلوب بصورة مرضية.

٢- الإحساس الدائم بالقلق النفسي والضيق.

٣- بذل الجهد المضاعف في أي عمل لانشغال فكره، وعدم التركيز عما يفعله.

٤- الشعور بتأنيب الضمير المستمر وعدم الرضى عن النفس.

٥- الصراع المستمر الذي يؤدي إلى الاضطراب النفسي.

٦- الخوف من عقاب الله.

٧- تحرك الدوافع الجنسية وزيادتها جنوحًا.

٨- التقوقع والعصبية وعدم الإحساس بالانتماء إلى الأسرة أو إلى المجتمع أو إلى دور العبادة.

٩- النوم في النهاية، وطلب المغفرة من الله.

(٣) دور الفرد نحو مساعدة نفسه:

(١) النواحي النفسية والاجتماعية:

للتغلب على الحب غير الهادف (المدمر):

١- اختيار أهداف عودة للحياة والسعي الجادة نحو تحقيقها.

٢- تجنب القصص والروايات والصور المثيرة للشهوات.

٣- العكوف على القراءة في: الكتب الأدبية، والعلمية، والروحية، مما يساعد على نمو الأفكار البناءة، والتنقية في الفكر.

٤- ممارسة الرياضة والهوايات المختلفة.

٥- تنمية الصداقات النقية مع رفقاء يسعد إلى التمسك بمبادئ الطهر والنقاء، وتجنب الأصدقاء الذين لا يتمسكون بالمبادئ السامية.

٦- على كل من الشاب والشابة أن يكتشف ما لديه من مواهب وقدرات، ويوجه الطاقات المتفتحة لتنمية تلك المواهب والقدرات.

٧- احترام الآخرين وتقبلهم مهما اختلفت آراءهم عن آراءه، والتخلص من سرعة الانفعال.

٨- الاندماج في الأنشطة التي تتناسب مع استعداداته الخاصة بحسب ظروف البيئة: كالرحلات، والحفلات والاجتماعات الدينية والأدبية.

(٢) النواحي الروحية:

١- المواظبة على حضور الاجتماعات الروحية.

٢- المواظبة والاهتمام بالقراءة المنتظمة في الكتب الدينية، وسير القديسين.

٣- المشاركة في مشـروعات خدمة البيئـة، وخدمة الملاجئ، وزيارة المرضى والمسنين.

٤- معـرفة الله معـرفة حقـيقيـة، تغير حـياة الفـرد، وتدفعه إلى السـمو والارتفاع، وتزيـده جمالاً وانتـصاراً لا في الظاهر فـقط بل في داخل النفس.

(٤) ما هو الحب الحقيقي؟

الحب الحـقيـقي هو «رضـاء الله» ورضـاء الناس، ورضـاء النفس، النفس الإنسانية التي تشـعر بالراحة والهناء لوصولها إلى مرفـأ الأمان الصادق: الواضح، الصريح، النظيف، الخالي من شوائب الفكر السيء والروح الشريرة.

* الحب الذي يلمع ويضيء في النور لا في الظلمة.. في الجهر والعلانية لا في الخفاء والسر.

* الحب هو كلمة الله على الأرض.. وضع سرها في نفـوس أحبائه لتدوم الخليقة التي قدم نفسه فداء لها.

* فالحب يعني التدين، والاقتراب من الله، فإن معانيه الواسعة تعطينا صوراً وأشكالاً متعددة من صور الله.

* فـالحب يعني التعـاطف، ويعني حب الناس، ويعني الرأفـة والرحمـة، والعطاء.

* فالحب لغة عليا، لغة سمـاوية، ولا يفهمها إلا كل من أحب الله، فالله محبة.

* **مقومات الحب الحقيقي:**

العامل الأول: النضج بكل معانيه:

معنى النضج هنا هو تكامل الشخصية في نموها الجسمي والاجتماعي والروحي.

(١) **النضج الجسمي**: يتطلب هذا العناية باليدين منذ الطفولة، واهتمامًا بعمليات التغذية والصحة والنظافة وكافة العمليات البيولوجية الأخرى.

فالإنسان الهزيل في صحته، والمريض دائمًا في بدنه، والذي يحمل عاهات مستديمة واضحة قد يعاني، ويتعطل استعداده للحب الحقيقي لأن الجسم يشارك الروح جميع عمليات الشركة التي بين الزوجين.

هذا بالإضافة إلى أن الوحدة القائمة بين البدن والنفس في الشخصية إذ تؤثر الأمراض الجسمية على حيوية الإنسان النفسية تأثيرًا سيئًا.

(٢) **النضج النفسي والاجتماعي**: وهذا يعني النظام والانفكاك بين جميع الأربطة النفسية التي تعطل إنطلاق النفسية نحو النضج الحقيقي:

* كالطفل الناجح هو الذي تخلص من النرجسية (التعلق الشديد بذاته وجسمه).

* والأوديبية وعقدة اليكترا (الارتباط النفسي غير السليم بالأب أو الأب).

* إنه ما أن يصل إلى المرحلة الابتدائية حتى يكون قد أصبح مستعدًا للاستقلال الشخصي، وحتى إذا جاءت مرحلة المراهقة فإنه يعبرها في اتزان وهدوء.

(٣) النمو الروحي: ويقصد بالنمو الروحي هنا أن يكون الشاب قد تذوق محبة الله وعذوبته، وصارت له شركة مع الله، في عشرة يومية وألفة مستمرة، وعلاقة تزداد رسوخًا بتوالي الأيام.

*** علامات هذا النمو الروحي:**

١- أن يكون الشاب واقفًا ضد ذاته وأنانيته.

٢- أن يكون مستعدًا للتضحية والبذل.

٣- أن يكون عفيفًا جنسيًا قد تغلب على شهوات الجسد وأهوائه، وصارت له الحواس الطاهرة والعين البسيطة والقلب النقي.

٤- أن يكون قادرًا بنعمة الله على القيام بعد السقوط والعثرة، منتفيدًا من العثرة كي لا يسقط ثانية.

وهذا النمو الروحي لازم للحب الجنسي لأنه الشرط الأول لقيامه وضمان نقاوته وطهارته ونظافة جوهره.

والذي يطمئن الشاب أن النداء الداخلي والإلهام والانجذاب نحو الآخر هو حب حقيقي: إذا كانت شخصيته المحب لها حياة روحية صادقة، وعندها برهان داخلي أن روح الله يعمل بوضوح، وأن الضمير صادق ومخلص لله وغير منقسم.

وأن أهداف هذا الحب هو الزواج المقدس، رافضًا العلاقات العاطفية السطحية، حريصًا على أن يحفظ طاقاته النفسية كذخيرة لازمة للحياة الزوجية المرتقبة.

ومن العلامات الأكيدة والدلالات الواضحة على النضج النفسي والتأهيل للحياة الزوجية والحب هي:

العامل الأول:

١- الاتزان والقدرة على الاستقلال في الشخصية.

٢- نمو الدافع الجنسي إلى مرحلة الغيرية والأحادية الزوجية.

٣- الاستعداد المستمر للبذل وعدم التمركز حول الذات.

* ففي الطفولة: يقول الطفل: إني أحب لأنني محبوب.

* وفي المراهقة: يقول المراهق: إنني محبوب لأني أحب.

* وفي النضج يقول الشاب: إنني أحب لأنني لا أستطيع إلا أن أحب.

إن العجز عن الحب ينبع من فقر الشخصية، أما الشخصية الممتلئة في الداخل ولها سر كيانها الداخلي الغنية بالتفاؤل والإيجابية، فهذه هي القادرة أن تحب وتبذل بذلاً حقيقيًا.

العامل الثاني: الحرية:

ويرتبط بالنضج النفسي والجسمي والروحي، عامل الحرية أيضًا لأنها أهم علامة للرجولة والنضج.

ويقصد بالحريّة هنا التحرر الداخلي والخارجي:

(١) أما التحرر الداخلي: فهو ما ذكرناه سابقًا أن يكون الإنسان قد تخلص من مركزية الأنا وعقد النرجسية والأوديبية والرومانسية.

* والتحرر الداخلي على الصعيد الروحي مع الالتقاء مع الله كي يصير الإنسان حرا غير مستعبد لخطاياه وشهوات الجسد.

* والتحرر الداخلي على الصعيد النفسي هو النضج النفسي السليم.

- إن الشخص الذي يبدي الإلحاح في أن يكون الشخص الآخر شبيهًا به كل المشابهة، لا يرجع إلى قوة الحب وكماله بل إلى ضعفه ونقصه، إن الشخص هنا لم يتحرر من عبودية نفسه.

- وإذا كان كل من المحبين يشعر بأنه يهب نفسه للآخر في جو من الحرية والتقدير المتبادل، فلا شك أن هذا الشعور بالحرية أقوى عامل من عوامل إسعاد الحياة الزوجية وتدعيم أواصر الحب والاتحاد.

(٢) أما التحرر الخارجي: فيعني بها ألا تكون هناك ظروف خارجية ضاغطة عند تحديد شريكة حياة الفرد.

١- كأن يكون ملتزمًا بأن يتزوج من فتاة يكون لها أخ يتزوج أخته كشرط لإتمام الارتباط، فهذا شرط يمنع حرية الإنسان في اختيار من يحبها. وهذا يهدد الأسرة من بدايتها.

٢- وجود عامل حتمية الالتزامات المادية في العلاقات الزوجية التي تدل على فقدان شرط الحرية الخارجية والداخلية.. ومعنى هذا أن المال والأثاث وما يتعلق بهما لا يلزم أن يكون عاملاً متحكمًا في علاقات الإنسان بمن يحبه ويختاره شريكًا لحياته.

وأخيراً..

فالحرية الداخلية والخارجية، والقدرة على البذل والتفاني في هذا البذل إحدى المقومات الأساسية لحياة الحب.

العامل الثالث: الجاذبية والإلهام:

عندما يكون الإنسان جسديًا فإن ما يجذبه إلى الآخر الأمور الجسدية.

وعندما يكون الإنسان نفسانيًا فإن ما يجذبه نحو الآخر الأمور النفسية.

وعندما يكون الإنسان روحيًا فإن ما يجذبه نحو الآخر الأمور الروحية.

وفي إطار الجنس، فإن الجاذبية هذه لها مستويات عدة:

١- المستوى الأول: الجاذبية الجسدية البحتة:

وتكون عند المراهقين غير المتدينين، عندما يكونوا مسوقين بشهوات أجسادهم، فإنهم ينجذبون إلى كل فتاةلا لشخصها وإنما عشقًا في جسدها، وهذا العشق الجسدي هو أخطر أنواع الحب الجنسي لأنه متغير، أناني، ترابي، لا يحقق الوحدة، ولا يشبع النفس الإنسانية.

٢- المستوى الثانية الجاذبية النفسية:

وهذه تكون عند الذين انتهوا من مرحلة المراهقة، ولا يزالون يعيشون حب الجسد، فنجد هذا الطالب الجامعي ينجذب نحو الفتاة لا لأجل جمالها وإنما لأجل قوة شخصيتها، وغذارة علمها، ورزانة طبائعها.

وهذا الانحذاب، وإن كان أرقى من سابقه، إلا أنه دينيًا ينظر إليه على أنه ترابي المصدر لأن الجسدانية والنفسية هما خصائص المولودين من الدم.

العامل الرابع: الالتزام الزوجي:

لا حب جنسي إلا من خلال الزواج، ولا زواج إلا من خلال الحب.

لأن كل حب خارج الزواج:

يحمل جرثومة تحطم نفسه إذ تكون فاقدة القدرة على تكوين الشركة، والنفس البشرية لا تستطيع أن تجرد الحب الجنسي من تعبيره الطبيعي الجسدي.. فالجسد فيه لابد أن يكون له نصيب.. ولا تستطيع أن تقاوم بصفة مستمرة فرصة حمل الثمار. إذ إن الحب الجنسي الحقيقي لا معنى له بدون العائلة والطفل.

ففي الزواج الديني (الروحي) المرأة لا تعود تصبح ابنة لحواء، تسعى لامتلاك

الرجل، لشعور دفين ينقصها عن الرجل، ولا الرجل ليسعى لإذلال المرأة والسيطرة عليها لشعور عميق بالتعالي عليها.

ومن الناحية الروحية:

ليس ذكر ولا أنثى، بل الزوجة تهب، وتخدم زوجها، والزوج يحب زوجته كنفسه.

وهكذا، في إطار الناحية الروحية: تختفي العلامات الناجمة عن العصيان، وتظهر العلامات الناجمة عن الحياة الجديدة التي في الناحية الروحية.

*** وسائل الوصول إلى الحب الحقيقي الذي يرتبط بالصحة النفسية:**

إن الفرد إذا تحصن بالمعرفة والتربية والثقافة أمكنه أن يحقق الحب الحقيقي المتوازن الذي يحقق له الصحة النفسية والسعادة الدائمة.

وفيما يلي الوسائل المختلفة التي تحقق ذلك:

(١) تجنب الكبرياء والغرور.

(٢) تجنب التهافت على زواج ترتجله العواطف (الحب فقط).

(٣) الاحترام والصراحة هما برهان الحب الحقيقي.

(٤) تجنب العلاقات العاطفية المستورة.

(٥) تجنب الإفراط في المزاج أو الإفراط في التجهم.

(٦) تجنب اللقاءات الفردية.

(٧) جمال الروح والأخلاق تعوض كل النقائص الشكلية.

(٨) التمسك بالقيم الأخلاقية والمثل العليا.

(٩) التمسك بالقيم الروحية، ومعرفة الله معرفة حقيقية.

(١٠) الثقافة وقراءة الكتب البناءة توسع الأفق وتساعد على الوصول إلى الحب الحقيقي المتزن.

الحب الحقيقي، والصحة النفسية:

* تبين أنه ليس من الميسور تحقيق الصحة النفسية للفرد بدون حب.
* ولا يستطيع الفرد التمتع بالسعادة إذا كانت حياته تخلو من الحب.
* فإذا لم تأخذ صورة الحب للإنسان ينبغي أن تأخذ صورة الحب لأشياء غير حية: كالكتب، والصور، والمجوهرات أو الزهور أو الطوابع أو المال.. إلخ، ومع ذلك فأسمى مقياس للصحة النفسية وأسمى أنواع الحب وأعمقها: كحب الزوجين لبعضهما، حب الأبناء، حب الأصدقاء.
* **صفات هذا النوع من الحب:**
* هذا النوع من الحب: حب لا يتمركز حول الذات بل يستند إلى التضحية بالذات، ويرتكز على العطاء، ويقوم على التعقل والاستقرار والوفاء المتبادل.
* هو حب رزين غير متهور، حب واقعي، حب قوي يساعد على: الترابط، وتكوين شخصيات قوية قادرة على التغلب على تحديات الحياة.

(٥) ما هو أجمل ألوان الحب؟

* هو ما بني على الزمالة، والصداقة، والتجاوب الفكري والروحي، وتمازج المثل والقيم والمبادئ، والأهداف المشتركة.

* هذا. . الذي يسير ببطء سير الأيام والليالي.

* ويمشي جنبًا إلى جنب مع الراحة النفسية والشعور بتواجد إنسان يرتاح له القلب وتسعد بمرآة العين.

* يجد الراحة، والفهم في القرب منه. . ليتدرج ويسمو ويعلو تدريجيًا. حتى يجد الإنسان نفسه مشدودًا برباط وثيق من المحبة والاحترام والحب لهذا الآخر.

* هو الذي يجعل الفرد يعيش حياته واضحة في النور مع من اختاره عقله وتجاوب معه فكره. ويفخر بمشاركة لها أهداف نبيلة سامية، كأن تتوحد الجهود في:

خدمة دينية أو خدمة مكتبية، أو خدمة اجتماعية. . أو إنسانية أو أي رسالة مشتركة علمية هادئة تجمع ما بين اثنين توحدت جهودهما، وتمازجت أفكارهما، ونمت فيها بذور المحبة الخالصة.

هذه المحبة التي تبي بذر بذورها الإله، لينمي فينا كل هدف نبيل وكل شعور صادق. . لصالح البشرية.

فكم من عاطفة عظيمة خدمت الإنسانية. . وقدمت لها جلائل الأعمال، كانت بذرتها الأولى تعاطف، ومشاركة، وحب، (مثال: مدام كوري).

(٦) هل من الضروري توافر الحب قبل الزواج؟

الحب قبل الزواج ليس شرطًا لازمًا لدوامه وسعادته، بل من الخير أن ينشأ الحب بعد الزواج على أسس المعاشرة والرغبة في التعاون والفهم المشترك.

إن الحب الذي يتولد بعد الزواج أقوى وأعظم من الحب السابق للزواج. وذلك لأن كل من الشريكين يكتشف كل يوم في هذا الشريك صفات من الشرف

والأمانة، والرقة والكياسة والذكاء مما يجعل كل منهما يحب الآخر ويعجب به.

يمكن أن يزداد الحب قوة بعد الزواج، إذا كان هناك التوافق الاجتماعي والثقافي والفكري والروحي بين الزوجين، ومراعاة كل للآخرة والاهتمام به، وتوفير الاحترام المتبادل بينهما:

(٧) الصحة النفسية.. والزواج الناجح:

• الارتباط الزوجي:

يعتبر من أقوى الروابط الإنسانية، حيث إن في الكتب المقدسة يعتبره اتحاداً كيانيًا فوق العادة، حيث يترك الرجل أباه وأمه ويلتصق بامرأته، ويكونا جسداً واحداً.. يعني كيانًا بشريًا متحداً ومتكاملاً بلا امتزاج، ولا فقدان للتمايز الشخصي الخاص بكل منهما.

• خصائص الارتباط الزوجي:

١- هو وعد اختياري بين اثنين يعطى الواحد قلبه للآخر عطاءً فياضًا، نتيجة محبة عميقة للآخر، وقبول واعٍ بالحالة التي هو فيها، وتعهد ملتزم بقبوله على المدى الزمني بالحالة التي سوف يؤول إليها مستقبلاً.

٢- هو قرار مصيري يتعلق بالبقية الباقية من عمر الفرد، حيث يرتبط مصير كل شريك بالآخر ارتباطا نهائيًا، بكل ما فيه من مكاسب وخسائر، مفاجآت وطوارئ، واستعداد مشترك بالجهاد الروحي الزيجي حتى يكون أبديًا. والزوجان اثنان ينظران في اتجاه واحد صوب المستقبل يشد كل منهما أزر الآخر في مواجهة متطلبات الحياة ومتاعبها، ويحملان معًا أثقالها، ويسعدان ببهجة الحياة المشتركة.

٣- هو التزام ومسئولية، يقوم بهما الشريك بدرجة من النضج العقلي، والعاطفي، والروحي، ونضج الحياة، والخبرة، والقدرة على صنع القرار.

٤- هو صداقة ورفقة، ويتضح ذلك من احتياج آدم الشديد إلى رفيق نظيره.

٥- هو تفاهم وتناغم وتكيف مع طباع الآخر، وتوافق بين اثنين مختلفين بدافع المحبة التي تتأنى وتترفق ولا تطلب ما لنفسها.

٦- هو اكتشاف الآخر في اختلافه عنه، ومن ثم التفاعل معه بطريقة جديدة تناسب شخصيته.

٧- هو تكامل بين شريكين بشرط أن يكونا متناسبين: والتكامل هنا هو أن يضيف كل منهما معنى عميق على حياة الآخر والتكامل بين الزوجين هو تكامل عقلي عاطفي روحي جسدي واجتماعي ويمكن تمثيل ذلك أي التكامل الإنساني الذي يحققه الزوجان لثمرة ثم قطعها بشكل غير منتظم، وحينما يتقاربان تكون الثمرة متكاملة.

- **خطوات نحو الارتباط:**

* الارتباط الزيجي كما أسسه الله منذ البدء يتطلب أن ينسلخ الشريكان نفسيًا عن الوالدين (يترك أباه وأمه).

إن كلمة يترك لا تعني التخلي عن الالتزام نحو الأهل، فإكرام الوالدين التزام حب مستمر يقدمه الأبناء والبنات على مدى الحياة، ومعنى يترك: إنما هو ترك التعلقات العاطفية غير الناضجة.

* الاستقلال عن الأهل: هو الاستقلال النفسي أو الفطام النفسي، حيث تصبح العلاقة بالوالدين علاقة أبوين لشخص ناضج مستقل.

* يستطيع أن يتفهم أهمية الاستقلال النفسي عن الأهل، إذا تتبعنا المشكلات الزوجية الناجمة عن تدخل الأهل في حياة الزوجين والتي تحدث آحيانًا بسبب ضعف الشخصية لدى الزوج أو الزوجة أو بسبب إصرار الأهل على اعتبار أبنائهم قصر رغم بلوغهم سن الرشد.

* إن الارتباط بالشريك يعني أن كل منهما قد قطع عهدًا أبديًا مع الآخر، عهدًا حتى الموت: ومن هنا يبدآن معًا حياة جديدة، ويتحركان معًا نحو أهداف مشتركة.

* والحقيقة في الزواج أن الزوجة قد صارت أقرب إلى الزوج من والديها، معه جسدًا واحدًا كما أن الزوج قد صار أقرب إلى الزوجة من والديه للسبب نفسه.

* كما أن المولود الجديد يحتاج إلى قطع الحبل السري حتى ينمو مستقلاً من جسم الأم، هكذا الزواج لا يمكن أن ينمو ما لم يحدث ترك الأصل بالمعنى النفسي الناضج.

إن شعورهما المشترك بأن كل منهما قد ترك أهله لأجل الآخر يساهم في التقارب والنمو معًا نحو الاتحاد حيث يتكئ كل منهما على الآخر في طريق حياتهما معًا.

* * *

الفصل الخامس

الحب الزوجي.. وتنمية الإحساس بالانتماء للأسرة

المقدمة

(١) الحب معناه الإحساس بالانتماء المتبادل.

(٢) الزواج .. والحب.

(٣) الزواج من وجهة نظر دينية.

(٤) سمات الحب الزوجي الروحي.

(٥) أهمية توفير جو من الحب داخل الأسرة.

(٦) الحب وحده لا يكفي.. أهمية توفير التكافؤ الزوجي.

(٧) نصيحة للشباب المقبل على الزواج.



الفصل الخامس

الحب الزوجي .. وتنمية الإحساس بالانتماء للأسرة

* * * * * *

المقدمة:

ليس من الميسور تحقيق السعادة الإنسانية بدون حب، وأي حياة تخلو من الحب، حياة فارغة جوفاء، فإن لم تأخذ صورة الحب للإنسان، فهي تأخذ صورة الحب للأشياء غير الحيَّة كالكتب أو المجوهرات أو الصور أو التحف أو السيارات أو الزهور أو طوابع البريد أو المال، أو الأدب، أو القراءة أو الكتابة. . وقد تأخذ أحيانًا صورة الرعاية لبعض أنواع الحيوان. . إلخ.

ومهما كانت من شأن الصورة التي تظهر أمامنا، فإن الحب عنصر جوهري، ولا يمكن الاستغناء عنه كمقوم أساسي للحياة الإنسانية.

وقد قيل في هذا الشأن:

العقل له آلاف الأعين، والقلب له عين واحدة، ومع ذلك فضوء الحياة كلها يختفي حين يختفي الحب.

(١) الحب معناه الإحساس بالانتماء المتبادل:

قد يعني الحب معاني مختلفة لمختلف الناس. . أما معناه الحقيقي فهو إنه إحساس بالانتماء المتبادل. ففي كل زواج يكون هو المقام المشترك وقد يكون الجنس في بعض الأديان هو العامل المسيطر. وفي حالات أخرى قد يكون ذلك غير هام نسبيًا.

وفي بعض الأديان قد تكون هناك مجموعة من الاهتمامات المشتركة الذهنية أو خلقية اجتماعية متشابهة أو قد لا تكون. . ولكن في كل حالة يكون الحب فيها

عميقًا ودائمًا، لابد من وجود شيء واحد ثابت: اثنان يهتم أحدهما بالآخر، ويعني به، ويكرس حياته في سبيل سلامته وسعادته.. وهذا هو المقصود بعبارة الإحساس بالانتماء المتبادل أو عدم الشعور بالغربة أو الاغتراب.

إنه في جوهره العطاء والأخذ، من كل من طرفي الشركة الزوجية، أي أن كلا من الزوجين ينتمي للآخر. والواقع أن ما يحدث في الحب، هو أن كلا الطرفين يضع كل ما يملك في الحياة، ليس فقط في الجوانب المادية لأنها غير مهمة نسبيا هنا، ولكن في الجوانب الأكثر قيمة وهي الجواني الانفعالية والذهنية والروحية ليصبح واحد في الآخر.

فعلى الرغم من أن الزوجين ظاهريا شخصان منفصلان لكلا منهما شخصيته الخاصة، وأخلاقه، وتكوينه، ومزاجه، ولكنهما يصبحان كيانًا واحدًا.

(٢) الزواج والحب:

الزواج علاقة عون متبادل من كل الجوانب، وتحقيق هذا العون المتبادل في كل الجوانب يحتاج إلى سنين طويلة من الحياة معًا، ومن تكيف كل من الطرفين للآخر، ومن فهم حاجات كل منهما وإشباعها.

فالزواج عملية نمو لكل من الطرفين نحو الآخر.. وداخل الآخر.

وهذا النمو يتم في جميع الاتجاهات، وعلى جميع المستويات الفسيولوجية، والنفسية والروحية من حيث إن الإنسان يتكون من جسم وذهن وروح.

العامل الوحيد الهام الذي يجعل فردين يحب بعضهما بعضًا، ويستمران في هذا الحب هو شعورهما بعدم القدرة على الاستغناء أحدهما عن الآخر.. أي حاجتهما لبعض، وهذا أمر بالغ الأهمية ثم هو يزداد أهمية كلما تقدم الإنسان في السن.

(٣) الزواج من وجهة نظر دينية:

الزواج من وجهة نظر دينية: شركة حب وبذل وعطاء وتضحية والتحمل في سبيل الطرف الآخر ومن أجله.

كم من زوجات وأزواج احتملوا الآلام، والأمراض، والمتاعب في حياتهم الزوجية، واستمر العذاب سنين طويلة، وكان الحب الذي فيهم قادراً على أن يعطيهم الغلبة، وتجاوز الضيقة بصبر وشكر وتعزية مشتركة.

إن كأس الحب المشترك يعين خلال شفافيته محور الحياة الزوجية التي تدور حولها أفلاك السماء، فما السماء إلا عالم الحب المطلق اللا متناهي: حب الله للإنسان وحب الإنسان لله وللقريب.

(٤) سمات الحب الزوجي الروحي:

١- إنه حب لا يتمركز حول الذات بل يستند إلى التضحية بالذات، ويرتكز على العطاء، ويقوم على التعقل والاستقرار والوفاء المتبادل.

ففي الحب الزوجي الروحي (الديني) يفقد الإنسان الذاتية المستقلة والأنا المتعلقة منفتحًا نحو عطاء النفس للآخر دون انتظار المنفعة.

٢- هو حب غير محدد ببواعث، ولكنه يبرر وجود نفسه، فهو لا يقوم على دوافع وبواعث ومثيرات خارجية، ولكنه يستمد كيانه وجوهره من سر الحب الداخلي، فهو حب مبدع، وهو يقبل العبوب «على علاته» كما هو. إنه يقبله كشخص وليس كموجودات، إنه يتعامل معه على مستوى الكينونة وليس على مستوى الملكية.

٣- هو حب رزين غير متهور أو مندفع أو طائش ولكنه يعني التزامات الحياة الزوجية ومسئولياتها، ويقدر كل متاعبها، وعنده إمكانية احتمال المعاناة مهما كانت ثقيلة.

٤- حب قوي لأنه يستمد كيانه من الحب الإلهي، ولأنه بلا رياء فهو مبني على الصخر لا تزعزعه رياح أو عواصف الحياة.

فالحب الزوجي هو أقوى حب لأنه يعرف كل شيء كالإيمان، ويرى ما هو مختفٍ عن أعين الآخرين، إنه يملأ الأعماق الخفية نوراً وبهاءً.

٥- حب واقعي وليس حبًا خياليًا كما في أحلام المراهقين، هو حب ملتزم بالشخص، وليس نوعًا من التلاهي وراء اللذة الجنسية أو العاطفة الطارئة، فهو حب باذل غير نفعي، حب ناضج ثابت دائم يتأنى ويرفق، ولا يحسد، ولا يتفاخر، ولا يغار، ولا يخاف، لأنه لا خوف في المحبة.

٦- هو حب له قدرة الانتصار على الموت، يحول الزمن إلى خلود، والذائل إلى باقٍ، فالفرح الذي ينسكب من قلب المتزوجين روحيًا، هذا يجدد الجسد ويضمن دوامه إلى الأبد.

٧- الحب الزوجي الروحي ليس معناه الامتلاك، فالشعور الذي يربط الزواج هو الشعور بأن كلاً منهما للآخر، وليس أن الواحد هو ملك للآخر.

الشعور بأن الاثنين مكملان بعضهما بعضًا تنمو شخصية كل منهما نحو الحب والألفة والمودة والحياة الزوجية. هذه الوحدة التي نسميها بحق، وحدة الحب الزوجي.

الحب الزوجي أسمى من كل الفنون والعلوم في إشباع النفس البشرية. فالفنون، والعلوم وإن أرضت متطلبات خاصة للنفس البشرية، وسدت فراغ الحاجات المؤقتة، إلا أنه من الواضح أنها لا تضفي مضمونًا مطلقًا على اكتفاء ذاتي على الشخصية، وبالتالي لا يتطلب خلودها.. الحب وحده هو الذي يتطلب هذا الخلود. وهو وحده الذي يستطيع بلوغه.

٨- هو حب مثال حب الله للمـؤمن: فالوحي الإلهي يقدم لنا الزواج على أنه سر اتحاد مؤمن ومؤمنة يتعهـدان بأن يعيشا دون أن يفصلهما الموت، في علاقة حب متبادل واضعين نصب أعينهما التقديس الذاتي الشخصي ثم تقديس أطفالهم.

وكما ذكـر في الكتاب المقدس: «ويجب على الرجـال أن يحبوا نساءهم كأجسادهم، ومن يحب امرأته يحب نفسه، فإنه لم يبغض أحد جسـده قط، بل يقويه ويربيه. لأننا أعـضاء جسم الله من لحـمه ومن عظامه.. من أجل هذا «يترك الرجل أباه وأمه ويلتصق بامرأته، ويكون الإثنان جسداً واحداً.. هذا السر عظيم».

٩- وكما أن الله لا يُرى كذلك الحب الروحي: ولكننا نعرف أنه موجود من خلال تأثيـراته، ومن الأيسر والأسـهل أن نصف الحب عن أن نضع له تعريفًا.

إننا لن نجـد أجمل من الوصف الجمـيل الذي ورد في الكتـاب المقدس من كلمات بارعة عن المحبة: «المحبة تتأنى وترفق، المحـبة لا تحسد، المحبة لا تتفاخر، ولا تنتفـخ، ولا تقبح، ولا تطلب ما لـنفسهـا، ولا تحتد، ولا تـظن السوء، ولا تفرح بالإثم، بل تفـرح بالحق وتحتمل كل شيء، وتصـدق كل شيء، وترجو كل شيء، وتصبر على كل شيء، المحبة لا تسقط أبداً».

فإذا أحب الزوجان كل منهما للآخر، فسوف يكون كل وفيًا للآخر، وسوف يثق فيه دائمًا، ويتوقع منه الأفضل دائمًا، ويصر على أن يدافع عنه دائمًا.

ومن هذه الآيات تتضح الخصائص التسع للمحبة: الصـبر، الشفقة، سماحة النفس، التواضع، الكياسة، عدم الأنانية، الخلق الدمث، الصدق، الإخلاص.

فعلى كل زوجين أن يدرسا هذه الخصائص، ويمتحنا محبتهما ليتبينا ما إذا كانت تتوافق مع مقاييس الله للتعبير المقبول.

(٥) أهمية توفير جواً من الحب داخل الأسرة:

أصبحت الحياة تقتضي المشاركة الوجدانية بيننا لكي تتحقق لنا السعادة فإننا عندما نحب من حولنا نكبر بأحاسيسنا أمام أنفسنا وأمام الآخرين، فالأقوياء وحدهم هم الذين يستطيعون أن يصنعوا الحب، وأن الحب دائمًا هو شعار أصحاب القلوب الكبيرة (أن تحب وأن تُحَب) فهذا أعظم نعمة في الوجود.

ويؤكد علماء النفس:

إن للحب والمشاعر الفياضة تجمع القلوب وتوحد بين أفراد الأسرة، وتسمو بالعواطف وتزرع الحب في القلوب.. إننا نملك عواطف ومشاعر يمكن أن تفيض بالحب والخير.. وخروج هذه العواطف إلى خدمة الأسرة، ومنحهم حبنا سوف نشعر بالسعادة، ونكتسب أيضًا ثقتهم ومحبتهم، لأن الحب يعني التسامح داخل الأسرة وخارجها.

إن المحبة سمة حضارية إذ هي تحمل إلى العلاقات الإنسانية هدوء الطبع واحتمال الخطأ، والتغاضي عن الهفوات، وإتباع أسلوب العتاب في مراجعة من يخطئ، بل إن المحبة تقف أمام احترام حرية الغير ورأيه وعقليته.

لذلك:

لابد للمرأة أن تبرز هذه القيم والمثل العليا لكي تقدم باقة زهر تعطر أرجاء النفس وتضفي على الأسرة جو رائحة طيبة جميلة.

وأخيراً..

إن الإنسان لكي يكون محبوبًا أمر مرغوب فيه ولا شك، ولكن أن تكون محبًا أيضًا فهذا يكمل الدائرة النفسية ليجعلها متكاملة في إنسانيتها.

فالمحبة ثراء للنفس، وراحة للبال، وهدوء للضمير، وسلام للوجدان.

ولنملأ حياتنا بالمحبة والود والتعاطف.

فالمحبة هي أرقى القيم وأسماها.

(٦) الحب وحده لا يكفي.. أهمية توفير التكافؤ الزوجي:

بعض الناس يضعون رابطة الحب والأحاسيس الدافئة، والمشاعر الجميلة التي تربط بين الرجل والمرأة من شروط الزواج السعيد وتكوين الأسرة القوية المتفاهمة.

ولكن الحب وحده لا يكفي لبناء حياة وأسرة سعيدة وهذا ما تشير إليه نتائج العديد من الزيجات التي كان الدافع الوحيد وراءها هو الحب الجارف، والعاطفة الجياشة، والتي انتهت معظمها بالطلاق العقلي أو الاحتفاظ بالزواج كشكل ومظهر اجتماعي مع الانفصال العقلي بين الزوجين داخل البيت الواحد.

ولا شك أن الحب والعاطفة من العوامل الهامة والمؤثرة إيجابيًا في نجاح الحياة الزوجية واستمرارها.. ولكن بشرط وجود التفاهم بين الزوجين والتقارب بينهما في الأفكار والاهتمامات، والآراء الثقافية والسياسية، والتدين، والمستوى المادى والاقتصادي، والاجتماعي.. وكلها عوامل توحد بين الزوجين، وتقوي العلاقة بينهما وهو ما نطلق عليه التكافؤ بين الرجل والمرأة في الأمور الخاصة بالنسب.

فمراعاة التكافؤ تزيد الألفة بين الزوجين حيث يجد كل منهما أنه كفء للآخر.. وعدم توافر التكافؤ يؤدي إلى كثير من الخلافات وخاصة من ناحية

الزوجة التي قد تنظر إلى زوجها نظرة استعلاء لكونه أقل منها وغير كفء لها مما يؤدي إلى سوء العشرة، واضطراب الحياة الزوجية.

(٧) أمثلة لزيجات لا يتوفر بها التكافؤ الزوجي:

١- لو تزوج رجل ملتزم دينيًا ونشأ في بيئة محافظة من فتاة نشأت في بيئة متحررة.

٢- لو تزوجت فتاة متدينة ومحافظة من رجل مستهتر ويفعل ما يشاء وقتما يشاء.

٣- لو تزوجت فتاة ثرية من شاب معدم، فلا يمكن أن تستقر الحياة الزوجية مع عدم وجود التكافؤ بين الزوجين.

(٨) ونصيحتنا للشباب المقبل على الزواج:

أن يراعوا عنصر التكافؤ في اختيارهم.

فالمهم في الزواج الناجح أن يحقق السكن النفسي للزوجين ، والتكافؤ بين الطرفين فيجعل الزواج ناجحًا ويضفي كل السعادة على الحياة الزوجية.

وإن كان كل شاب يسعى في اختياره إلى المفاضلة بين عناصر: النسب الهامة، كالمال والحسب والجمال والدين.. فصاحبة الخلق الكريم والسلوك القويم هي الأولى والأفضل في الاختيار للزواج.

***

الفصل السادس

دور الزوج لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل في الحياة الزوجية

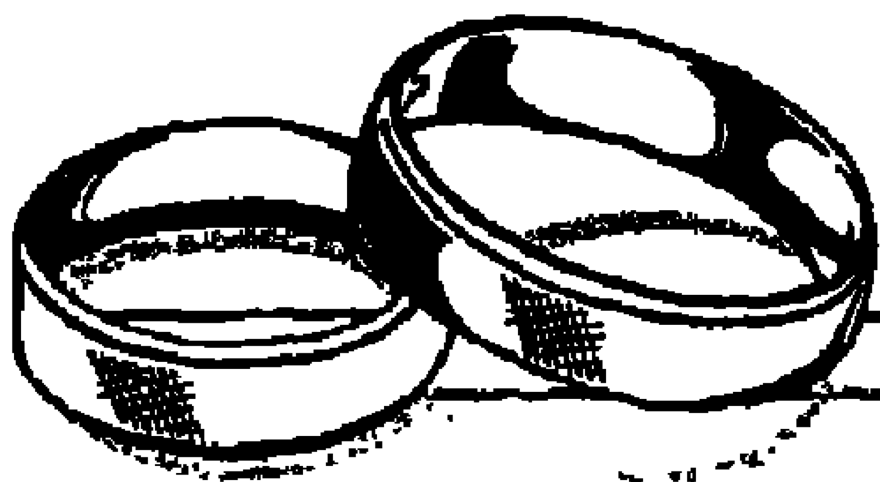
المقدمة.

(١) دور الزوج لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل.

(٢) أدوار أخرى للرجل ليسعد زوجته وأسرته.

(٣) دور الزوج القيادي في البيت.

(٤) الخلاصة: ١٠ خطوات ليسعد الرجل زوجته.



الفصل السادس

دور الزوج لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل في الحياة الزوجية

******

المقدمة:

ينبغي أن يدرك الزوج حقيقة دوره ومسئولياته كرأس للأسرة ورب لها، وراع مسئول عن أفـرادها، ولو أدرك الزوج ذلك الدور لكان من الممكن أن تتكون أسرة سعيدة قائمة على دعائم سليمة قوية تعرف كيف تعيش وتتحمل وتضحي وتسعد، ويشعر أفرادها بالانتماء إليها.

(١) دور الزوج لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل:

١- على الزوج أن يقدر زوجته ويضعها في اعتباره:

التعاليم الدينيـة والكتب المقدسة بها وصيـة سر الزواج تعلم الرجل أنه رأس المرأة، ليس بمعنـى التـسلط والسـيطرة أو القـهـر والانفـراد بالقـرارات والأوامـر والنواهي.. ولكن بمعنى المسئولية والرعاية.

فالأسـرة كلها الزوجـة والأولاد مسـئولة منه.. وهو مـسئـول عن راحتـها وهنائها وسعادتها.. ودوره القيادي أن يرعاها ويوفر لها كل ما تحتاج إليه.

فالأسرة السعيدة يتحقق فيهـا الإحساس بالانتماء حين يترابط أفرادها بالمحبة ويشعر كلٌ أن للأسرة قيادة حكيمة ماهرة.

٢- على الزوج أن يحب زوجته لأن الذي يحب زوجته فلنفسه وجسده يحب:

وهل يمكن أن يمقت الإنسان نفسه أو يمقت جسده ويستطيع أن يعيش سعيداً.

دور الزوج أن يحب لا أن يُحَب، لا أن يبحث عن راحته وسعادته الذاتية فقط، بل أن يعرف كيف يرعى أبنائه ويؤدبهم ويعلمهم الاستقامة والصلاح. لا أن يتهرب من تلك المسئوليات ويلقي بها على عاتق زوجته بحجة أنه مرهق ومكبل بمسئوليات عمله التي لا تنتهي.

ولا ينبغي للإنسان أن يحب امرأته لأنها عضو من جسده، وقطعة من كيانه فقط، بل لأن الله يسن لنا ناموسًا وواجبًا حيث يقول:

«لأجل هذا يترك الإنسان أباه وأمه، ويلتصق بامرأته، فيصير الاثنان جسداً واحداً» (تك ٢ : ٢٤).

ولعل هذه الآية أن توضح المفهوم الحقيقي للانتماء الزوجي، فهو اندماج حب لتحقيق المزيد من حياة النقاوة من ناحية، ولإعداد أعضاء جدد في ملكوت الله من ناحية أخرى.

٣- على الزوج ألا يبتغي السعادة عن طريق التماسه الثروة من أموال زوجته:

فليطلب أولاً وقبل كل شيء «السلام»، ولم يكن الزواج ليملأ البيت مشاجرات ومخاصمات واشتباكات.. ولم يكن الزواج ليقيم في البيت حزبين متناظرين، بل إنما جعل الزواج:

ليكون لنا عونًا على الحياة.. وليكون لنا معينًا ضد العواصف، ودفيء في الأعاصير، وتعزية في الآلام.

لقد جعل الزواج ليعطينا السعادة في زوجة صالحة.

لذلك: فعند اختيار الزوجة:

لا يفحص عن أموالـها بل على أخلاقها أولاً، بمعنـى أوضح أن يختار المرأة الحكيمة التي تعرف كـيف تستعمل هذا المال أي المرأة المتزنة في تصرفاتهـا وكلامها أولاً.

٤- مشاركة الزوج للزوجة سواء كانت تعمل في الخارج أو لا تعمل:

في أعـباء المنزل، ورعـاية الأبناء، فـهذه صـورة تؤكـد مشـاعـر الانتمـاء والوحدة.. فـهذه المشاركة، ولا سـيما في رعـاية الأبناء تضيف إلى حيـاة الكبار إشراقًا لا سبيل لهم إلى اختياره عن غير هذا الطريق.

يضاف إلى ذلك: فـإن أفعال الزوج على المشـاركة في أعبـاء المنزل ورعاية الأبناء، هو التـجسد العـملي للرعاية بمفـهوم المساواة، والمشـاركة، والتـعاون في العلاقة بينه وبين زوجته.. وهو أيضًا الوسيلة الوحيدة لخلق المناخ الصحي والسليم في العلاقة بين أفراد الأسرة جميعًا.

وفي مثل هذا المناخ:

سوف يكون للأب دوره المؤثر والفعال في مـساعدة أبناءه على تحقيق أهداف التنشئة السليمة، وتنمية ما لديهم من إمكانيات ذهنية ووجدانية إلى أقصى غاياتها.

وتهيئة الفرص الملائمة لاختيار فرصـة وجودهم كعامل محفز لهم للسير في طريق التقـدم والارتقاء، دون محاولة صب شـخصياتـهم في القوالب التي يريدها الكبار لهم.

وفي سبيل تحقيق ذلك يستطيع الزوج أن يساهم بالكثير.

٥- على الزوج أن يتيح للزوجة فرصة تحقيق الصحة والسعادة وراحة البال:

لا وفاء بحقها فحسب، ولكن تلبية لالتزامه الأول إزاء أبنائه أيضًا. ذلك أن الطفل مخلوق شديد الحساسية لكل ما يجري حوله بوجه عام، والعلاقة بين والديه على وجه الخصوص، فإذا لمس من هذه العلاقة الحب، والتعاون غمره الشعور بالرضا عن الحياة، والاطمئنان إليها والإقبال عليها، وكان هذا الشعور تمهيدًا مساندًا ومعينًا له حين يكون عليه أن يمارس الحياة فيما بعد.

٦- يجب على الزوج أن يقوم بدور السند المعنوي لزوجته:

لا لأن ذلك يبعث فيها الإشراق ويدفعها إلى الإقبال. ويطلق طاقاتها إلى جهد مؤثر وبناء فحسب، لكن أيضًا من أهم أصول التنشئة النفسية للأبناء أن يشعر الصغار بأن الأب والأم لهما رأى واحد في هذا الاتجاه، لأن إدراكهم وجود اختلاف بين والديهم خليق بأن يصيبهم بالحيرة والقلق والانزعاج، أو قد يحفزهم ذلك على محاولة الانحياز لأحدهم دون الآخر. واللعب على اختلافهما لتحقيق رغباتهم. وبراعة الأطفال في هذا المجال تفوق أي تصور أو توقع الكبار.

٧- ينبغي على الزوج أن يجعل من وجوده في حياة الأسرة سبيلاً لكي يتعرف الصغار على ما له من صفات إيجابية:

تعينهم على التعرف عليها والتوحد معها على تكوين شخصياتهم ونضجها. وليس معنى هذا أن يحاول الأب فرض صفاته وشخصيته على الصغار بأي حال. ولكن: معناه أن يعمل على خلق المناخ الصحي الملائم للأسرة؛ لأن هذا المناخ خلفية لابد منها ليكون وجوده في الأسرة عامل إثراء لشخصية الصغار.

وفي هذا المجال:

فإن الأبناء يكونون مثلهم العليا، ولو بصورة جزئية على الأقل، مما يرونه أو

يظنون أنهم يرونه في الأب.. فالأب الذي له وجود واضح وسليم في حياة أسرته يمكنه أن يمنع عن أبنائه الكثير من معوقات النمو وانحرافاته.. وذلك من خلال الصفات التي يتحلى بها الأب:

من صدق، ووفاء، وتعاون، وتضحية، وإنكار الذات، وحب الآخرين حبًا صادقًا حقيقيًا بعيدًا عن الحقد والكراهية.

وبذلك: تتقدس الحياة الزوجية روحًا، ونفسًا، وجسدًا. وتمتد بركتها إلى الأبناء، «لأن الغصن الذي يأتي بثمر ينقيه ليأتي بثمر أكثر». (يو ١٥: ٢).

٨- على الزوج أن يكتشف فضائل شريكة حياته، ويشيد بها ويعمل على تقويتها وتنميتها:

في الوقت نفسه، يحاول أن يكتشف أخطاءه ويتوب عنها، ويتخلص منها. إن كثيرًا من عائلاتنا تعمل العكس: فكل من الزوجين يبحث عن أخطاء شريكه ويتربص له، ليعايره بها، ويسخر منه. مع أن صوت المحبة يقول صراحة: «المحبة لا تفرح بالإثم بل بالحق.. المحبة لا تسقط أبدًا».. وتعرض الأطفال لهذه المواقف تؤدي إلى فقدان الثقة في أقرب الناس إليهم.. وقد تستمر آثارها في نفوسهم إذا لم يوضع لها حد تقف عنده.

٩- الزوج وتحويل أنانية أبنائه إلى حب الغير:

الطفل في البواكير الأولى من حياته كائن أناني لا يعرف إلا نفسه، ولا يحيا إلا لها. والأبوة الرشيدة الحقة هي التي تعمل في دأب ومثابرة وبصيرة على تحويل قدر من الأنانية إلى حب الغير، حتى إذا وصل إلى سن النضج كان باستطاعته عن طريق ما أتيح له من فرص: الإعطاء، والمشاركة، والاضطلاع بالتبعات المناسبة لسنه وعن طريق المناقشة الودية في بعض الأحيان، ثم عن طريق المثال الذي يراه

في والديه. فليس في الواقع أفضل من هذا المثال في نفوس الصغار يساعده أن يكون لنفسه معياراً للقيم الأخلاقية. فيكون حب الغير ورعاية حقوقهم من مقوماته الأساسية.

إن الأب يستطيع أن يزرع الحب في حياة ابنه منذ ولادته.

ويستطيع، بل هو مسئول أن يغذيه بعد ذلك عن طريق الاهتمام المتصل، والرعاية الواعية لحاجاته وحقوقه..

فعلى كل أب أن:

يعطي ابنه الحب أولاً، ويعطيه الحب ثانيًا، ثم يعطيه الحب أخيراً، لكي يعطيه له مستقبلاً، لأن فاقد الشيء لا يعطيه.

١٠- على الزوج ضرورة عدم نقل هموم العمل إلى المنزل:

.من الخير أن يذكر الزوج دائمًا أنه لابد من الفصل بين العمل والمنزل فصلاً تامًا بقدر الإمكان. ومعنى هذا الفصل ألا ينقل الأب هموم العمل ومتاعبه معه إلى البيت. إن البيت مكان يختلف كل الاختلاف عن العمل. وجو البيت من أجل ذلك ينبغي أن يختلف كل الاختلاف أيضًا عن جو العمل.

هذا إلى جانب أن الصغار لا يستطيعون فهم هموم العمل ومتاعبه. وبالتالي لا يستطيعون المساعدة فيها. ومن ثم ترك هموم العمل حيث هي أمر حتمي إذا شاء الأب أن ينهض بالتزاماته في تنشئة الصغار على خير وجه. لأنه إذا لم يفعل ذلك فسيعجز عن أن يتفرغ لأبنائه وزوجته كما يجب. والصغار شديدو الحساسية في هذا الأمر.

يضاف إلى ذلك:

أن نقل هموم العمل إلى المنزل خليق بأن يجعل الأب ضيق الخلق، سهل

الإثارة، وهذا قد يفسر بواسطة الصغار أنه صد لهم، واعتداء عليهم، لأنه ليس في وسعهم أن يفهموا باعثه الحقيقي، ولا أن يردوا له أي سبب آخر. كذلك يؤدي ذلك إلى توتر العلاقة بينه وبين زوجته مما قد يجعل الجو الأسري مشحونًا بالقلق، والضيق، والاكتئاب.

(٢) أدوار أخرى للرجل ليسعد زوجته وأسرته:

١- يقوم الرجل بدور أساسي في البيت هو القيادة، ولا نقصد بذلك الرياسة، وإحدى الحاجات الأساسية للمرأة لحاجتها للحب والأمن، هذه الحاجات لا تشبع في نفس المرأة ما لم يقم الزوج بدوره كقائد محب.. فصورة الرجل في نظر المرأة هو الشخص القوي الذي يحيطها بذراعيه ليحميها من أي خطر أو تهديد والذي يفعل هذا بدافع الحب الحقيقي.

٢- يجب أن يكون الزوج قائدًا محبًا.. فليس معنى القيادة القسوة أو التعسف. والمحبة أمر إلهي.. فالمحبة المضحية الباذلة ليست من طبيعة البشر لذلك يحتاج لقوة فوق طبيعية من الله، ومحبة الزوج لزوجته يجب أن تكون:

أ - مضحية توفي احتياجات قبل احتياجات الزوج.

ب- داعية، وهادفة تنظر إلى الآخرين نظرة الأمل فيما سيكونون عليه.

جـ- لا تنظر لضعفات الآخرين بل إلى احتياجاتهم.

د - تظهر الجمال الداخلي لزوجته فتنميها اجتماعيًا وروحيًا.

٣- يجب أن يتفهم الرجل زوجته وحاجاتها حتى يستطيع أن يوفي بها.

٤- للرجل نواحي في حياته تسعده وتشبعه: مثل قضاء بعض الوقت مع أصدقائه أحيانًا، أو الانشغال بهواية يحبها أو خدمة يجب أن يلتزم بها.

وعليه أن يهيئ لزوجته فرصة مماثلة للتمتع بحياتها، فإن أرادت الزوجة الخروج للخدمة مثلاً، فيستطيع الزوج رعاية الأبناء لحين حضورها.

٥- تحتاج الزوجة إلى الرقة والعطف، وبقدر ما تأخذ من زوجها رقة وعطف بالقول والفعل، فهي تعطي الآخرين وتستمر في العطاء.

٦- يجب أن يهتم الزوج بتنمية شخصية زوجته لتنمو معه، فالزوج الذي يقرأ، أو يدرس أو يذهب في بعثة، عليه أن يهتم أيضًا برفع مستوى زوجته ثقافيًا حتى لا يحدث فارق ثقافي أو اجتماعي بينهما.

٧- يجب أن يشعر الزوج زوجته أنها محبوبة ولها مكانة خاصة في قلبه، ولا تمل الزوجة أبدًا من كلمات مثل: أنا أحبك، فلا تحس أن حب زوجها لها قد خبا مع الوقت.

ومدح الزوجة وتشجيعها والاهتمام بها، والاستماع لها يشبع الزوجة، ولا يجعلها عرضة لسماع المدح من آخرين مما يعرضها للمشكلات.

٨- على الزوج أن يتعلم كيف يعبر عن حبه لزوجته، لا في المناسبات الرسمية فقط، بل في كل مناسبة، ولو بأشياء بسيطة مثل مكالمة تليفونية غير منتظرة، لمسة حانية، هدية بسيطة، لطف في المعاملة.. إلخ.

٩- على الزوج أن يضحي من أجل زوجته: والتضحية ليست بالمال فقط لكن قد تضطر إلى ترك هوايته (مثل مشاهدة التليفزيون أو القراءة . . . إلخ) لأنها تحتاج إليه في عمل ما. . في البيت، كأن يعتني بالأطفال، أو يقوم بالتدريس لابنه، وكذلك يضحي باحتياجاته الشخصية ليشتري لها شيئًا تريده.

١٠- على الزوج أن يقدر زوجته، ويفتخر بنشاطها وخدماتها ونجاحها، ويتجاوز عن بعض أخطائها، إن لم تنظف البيت بحسب ما يريد هو، أو إن أخطأت في طريقة عمل طعام معين، أو إن نسيت تركيب زرار قميصه. . إلخ، وليتذكر أن الزوجة الكاملة لم توجد بعد.

ينبغي ألا ينظر دائمًا إلى النقائص والعيوب، لكن يقدر المميزات الكثيرة.

١١- على الزوج أن يشجع زوجته على أن تبدي رأيها ليس لمجرد الاستماع بعد أن يكون قد اتخذ قراره مسبقًا.

١٢- على الزوج مسامحة زوجته إذا أخطأت، يصفح عنها، وبروح الصفح يعاتبها، ويتفاهم معها، وعليه أن يفعل كل ما في وسعه لكي يقوم اعوجاجها ويصلحه بالمحبة والتفاهم.

١٣- على الزوج ألا يبتغي السعادة عن طريق أموال زوجته، لذلك فعند اختيار الزوجة لا يبحث عن أموالها بل عن أخلاقها أولاً، يختار المرأة الحكيمة التي تعرف كيف تستعمل هذا المال. أي المرأة المتزنة في تصرفاتها وكلامها.

(٣) دور الزوج القيادي في البيت:

١- هو الذي يدير شئون البيت ويكتشف طاقات أفراد الأسرة ويستخدمها لخير الأسرة.

٢- الله هو الذي صمم هذا النموذج، أن يكون الرجل قائدًا للبيت، فهذه مسئولية ليست اختيارية، كما أن تعيين الرجل ليس مبنيًا على الكفاءة لكنها مسئوليته كوكيل على الأمانة التي ائتمنه الله عليها.

٣- المسئولية لا تعني الكمال، فلا يوجد الإنسان الكامل، وبالتالي لا يوجد القائد الكامل، لكن المهم أن يستمر الرجل في هذه المسئولية، ويصلح من أخطاءه، ويتغلب على فشله، وهذا يستلزم نوعًا من الحساسية من القائد لتصحيح مساره باستمرار.

٤- من واجبات الزوج تهيئة جو البيت روحيًا، وتشجيع أفراد الأسرة على المساهمة في اتخاذ القرارات وتشجيع تضامن الأسرة لنجاحها.

٥- القيادة تستلزم التخطيط، والأسرة تحتاج إلى تخطيط اقتصادي واجتماعي، مع دراسة كفاءة كل فرد، والتعاون مع أفراد الأسرة كل بحسب قراراته لخير الأسرة.

مما سبق:

نرى أن الدور الذي يستطيع الزوج القيام به في تنمية الإحساس بالانتماء بين أفراد الأسرة، وفي إسعاد زوجته، وفي تنشئة أبنائه، دور عظيم القدر والخطر، ولو قام كل زوج في هذا الصدد على النحو الذي ينبغي، لساد السلام والمحبة والإيمان والسعادة في الحياة الأسرية كلها.

إن بيد الأب والزوج، إن أحسن القيام بدوره أن ينشئ ابنه على الولاء

والشجاعة، وضبط النفس والثقة بها، بيده أن يفجر ما في نفس الصغير من ينابيع الخير والسخاء والحماس للحياة.

وعلى الأب أن يذكر دائمًا أن دوره في تنشئة الأبناء لا يقل أهمية عن دور الأم، وإن كان يقتضي من الطاقة والجهد قدراً كبيراً.

كما أن عليه أن يذكر أن الأبوة ليست مقصورة على الإنفاق وتلبية المطالب والحاجات المادية كما يعتقد بعض الأبناء، ومن ثم فإنه لن يكون جديراً بشرف الأبوة إلا بقدر ما ينهض بتبعاتها المادية والمعنوية والروحية على نحو سليم.

(٤) الخلاصة: ١٠ خطوات ليسعد الرجل زوجته

فيما يلي نصائح توضح أهمية إرضاء الزوج لزوجته، والحفاظ على العلاقة الطيبة بينهما، ووضع الخطط والطرق والأفكار لجذب الطرف الآخر إليه واحتوائه.

وفيما يلي مجموعة من النصائح تقدمها متخصصة في الطب السلوكي بكلية بنات الأزهر ليسعد الرجل زوجته:

١- لا تتحدث معها دائمًا حول عيوبها في الملابس أو الطعام أو الكلام.

٢- اشتري لها هدية بين حين أو آخر، وابتكر في تسليم الهدية، وتذكر دائمًا تاريخ ميلادها فهي المناسبة الخاصة بها وحدها.

٣- ناديها باسم مميز محبب إليها، وقبل رأسها إذا بذلت مجهوداً من أجلك أو عند دخولك المنزل.

٤- راعيها في بعض حالاتها النفسية وخصوصاً في وقت الدورة الشهرية والعمل والنقاش.

٥- ساعدها في الأعمال المنزلية من حين لآخر، أو إذا كانت لديها وليمة، اسألها لو احتاجت مساعدتك في تلبية بعض الطلبات من الخارج.

٦- على المائدة احرص على الا تأكل أبدًا حتى تحضر وعلم الأبناء الا يتقدموا على والدتهم في الطعام.

٧- جهز لها مفاجأة بحجز مكان لقضاء عطلة نهاية الأسبوع بالسفر إلى مكان تحبه ويحمل لها ذكريات جميلة.

٨- حاول أن تفرق بين معاملتك المالية معها في الحياة اليومية العادية، وبين المناسبات والمواسم، فلابد أن تفتح يديك عليها بالإكرام في المناسبات وأحيانًا في بعض الأيام لتجدد الحياة بينكم.

٩- اعطي لها موعدًا كما كان يحدث أيام الخطوبة، وقم معها بعمل تسوق واشتري لها، ولو أشياء بسيطة تفرح بها.. وأشعرها دائمًا بأنها جميلة فذلك يجعلها تحاول أن تجدد من مظهرها من أجلك.

١٠- فكر ولو مرة في السنة بأن تشتري لها باقة من الزهور لأن الزهور لها وصفة سحرية داخل قلوب النساء.

وفي النهاية لا تسفهن عزيزي الرجل بهذه النصائح لأن إغفال هذه الأشياء البسيطة التي ينظر البعض إليها أنها خيالية يتسبب إغفالها إلى مشكلات زوجية واقعية.

* * *

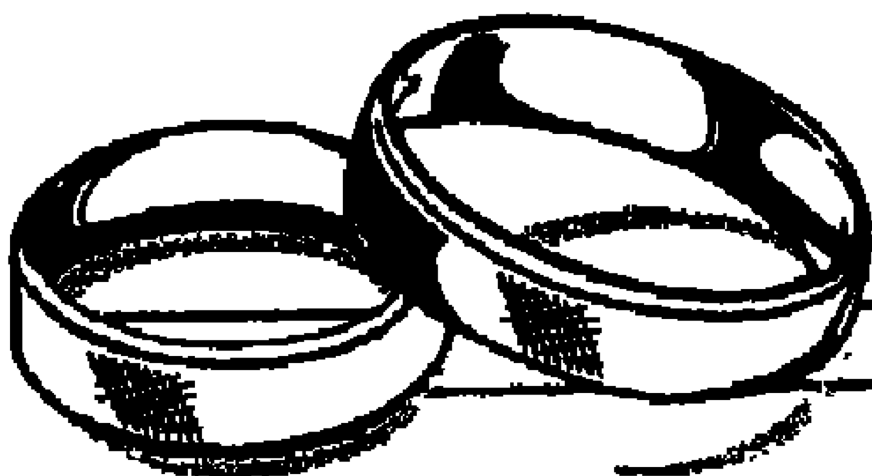
الفصل السابع

دور الزوجة لتحقيق الإحساس
بالانتماء المتبادل في الحياة الزوجية

(١) دور الزوجة لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل.

(٢) الزوجة الصالحة.. وتجديد الحياة الزوجية.

(٣) الزوجة الصالحة تساعد الزوج على ممارسة أبوته.



الفصل السابع

دور الزوجة لتحقيق الإحساس
بالانتماء المتبادل في الحياة الزوجية

******

(١) دور الزوجة لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل:

١ - **على الزوجة أن تتعلم كيف تكون زوجة صالحة**؛ وأن تحفظ نفسها كاملة، وتطيع زوجها، لأن طاعة الزوج وصية من وصايا الله.

عليها أيضًا أن تحترم إرادته، وتكون مخلصة ووفية له، ويجب أن تضحي من أجل أسرتها الجديدة: زوجها وأبنائها وسعادتهم جميعًا.

وأن ترى في بيتها المكان الحقيقي الذي تنبع منه السعادة والإحساس بالانتماء المتبادل.

٢ - **على الزوجة أن يكون لها صفات**: التواضع، والحكمة، والقناعة، وعدم المبالغة في المطالب التي تؤدي إلى إثارة الخلافات الزوجية، بل تكون قنوعة، راضية، ولها روح الشكر لله على عطاياه.

الأمر الذي يجعل زوجها يحبها ويتعلق بها.. ومن هنا يصبح القلبان قلبًا واحدًا والنفسين نفسًا واحدة، وحين تكسب المرأة قلب زوجها تجد فيه العون الحاضر المتفاني في سبيل تربية الأبناء، ولا سيما إذا كانت تعمل وفي حاجة إلى مساعدته.

وإذا كان الله هو الـذي يسود في العائلة، ويـهيمن على تربيـة الأبناء، فلن يعرف التعكير سبيلاً إلى سلام البيت وسعادة العائلة.

وهكذا تستطـيع المرأة بحكمتهـا، وتواضعهـا أن تساعد عـلى تكوين وحدة أسرية وحياة هادئة على الأرض يظللها الرضى الإلهي ويشملها الملكوت السماوي.

٣ - ينبغي على الزوجة أن تبـذل جهداً أكبر لكي تحب أسرة زوجـها وتحترم أصدقاءه، كما عليها أيضًا أن تنمي هذا الحب حتى لو كان ذلك بغيضًا بالنسبة لها.

في هذا الشأن:

فإن المرأة كـثيراً ما ترتكب خطأ كـبيراً بمحـاولتها فصل الرجل عن عـلاقاته السابقة، وخاصة عن علاقاته بوالديه وإخوته وأخواته وغيرهم من الأقارب.

وكثير من الزيجات تتحطم على هذه الصخرة.

وكذلك على الزوجة الحكيمة أن تهتم بأصدقاء وأقارب زوجها دون تورط أو تهافت، وإنما في وقار وحكمة بل وحزم إذا اقتضى الأمر.

كذلك عليها أن تهتم بصديقاتها وأقاربها، فإن ذلك ليس من شأنه أن يوسع من دائرة معارفـها فحسب، ولكن أهم من ذلك كثـيراً أنه ليس هناك أحب للرجل من أن يفتخر بالمرأة التي وقع اختياره عليها وأن يسمع إعجاب أقاربه بها.

ولكن: ينبغي عليـها أن تراعي أن تكون هذه العلاقـات لا تزيد عن الحد أو تدخل في شكل أو حجم غير معقول أو مقبول. وهذا ما نعنيه أن تكون في حدود الوقار والحكمة بل والحزم أحيانًا. . أي قطعها إن كانت وراءها عثرة أو خروج عن المثل الروحية.

٤- تنمية الاهتمام بعمل الزوج:

يعتبر عامل مهم لتنمية الإحساس بالإنتماء المتبادل. وصحيح أن بعض الرجال يفضلون إبقاء الزوجة بعيدة عن أعمالهم، وعدم إحضار مشاكلهم إلى المنزل، وفي مثل هذه الحالات فإن الحكمة تقتضي بطبيعة الحال أن تتبع المرأة الطريق العكسي، وتبقى بمنأى عن أعمال زوجها كلية.

إن الزوج يحتاج إلى صدر حنون يركن إليه، ويذهب عنه متاعبه من حين لآخر. ومن ثم يجب على الزوجة أن تشجع زوجها على أن يتحدث عن عمله كلما شعر بالرغبة في ذلك.

ويجب عليها أن تعرف شيئًا عن عمله أو مهنته لتستطيع أن تتحدث معه بذكاء، وأهم من ذلك يجب ألا تعترض رغبته في مناقشة أموره حين يود ذلك حتى ولو كانت زوجة عاملة، فعليها أن تضع ضمن جدولها اليومي هذه المشاركة الوجدانية التي تساعد على دوام الإحساس بالانتماء المتبادل. فإنه من الأفضل أن يناقش أمور عمله من أن يقيم علاقة غرامية سرا. وكثير من الأزواج الذين لم تستطع زوجاتهم فهمهم وجدوا الأذن المصغية عند امرأة أخرى.

٥- منح الزوج الإحساس بالاستقرار:

أغلب الرجال، ولا سيما أولئك الذين تخطوا الخامسة والثلاثين دون أن يكونوا مرتبطين سواء بسبب الطلاق أو الموت أو حتى مجرد إيثار العزوبة يتوقون إلى ثلاثة أشياء هامة من المرأة: الصحبة، والإحساس بالاستقرار، والحرية.

وفي وسع الزوجة أن تمنح الصحبة عن طريق حبها ورعايتها وتفهمها. وأن تمنح الإحساس بالاستقرار عن طريق خلق بيت يمنح الزوج الشعور بأن له جذورًا يرتبط بها، وقلبًا محبًا يتجاوب معه.

وكذلك على الزوجة أن تعلم أن الرجل بطبيعته يتوق إلى الحرية ويخشى أن يفقدها، ولذلك فإن من واجبها أن تجعله يشعر أن الزواج يزيد من حريته ولا ينتقصها، وعليها أن تجعله يشعر دائمًا أن البيت بيته وفي وسعه أن يحضر إليه من يشاء، ولو كان ذلك دون سابق إنذار، حتى ولو سبب لها ذلك أحيانًا بعض التعب والمشقة.

ولكي تمنحه الشعور بالصحبة الحقيقية وتجعله يشعر بأنها تنتمي إليه وهو بدوره يرغب في الانتماء إليها.

يجب على الزوجة مراعاة ما يأتي:

١- أن تكون أمينة لإلهها، ولشريكها، ولنفسها، ولها الضمير الروحي الذي يقودها في سلوكها اليومي.

٢- أن تظهر جذابة، حسنة المظهر، فالأناقة، والنظافة والجمال الطبيعي والنظام والذوق اللطيف.. كل هذه لا تتنافى إطلاقًا مع القيم الروحية، أو مع اهتماماتنا الروحية، إنها على العكس تزيد الرابطة الزوجية قوة ومناعة.

٣- على الزوجة أن تهتم بإشاعة الذوق الرفيع والجمال في البيت:

فقليل من رائحة منعشة حتى لو كانت رخيصة، ووضع بعض الزهور الجميلة بين وقت وآخر، كفيل بأن يجعل لجو البيت طعمًا آخر أو ذوقًا آخر. بل هو يشير لاتجاه الذوق الجميل وتأكيد ضمني لقيم التربية الجمالية في أطفالنا.

وحسنًا أن تبدو الزوجة وكذلك الزوج والأطفال على مستوى مقبول من حسن الهندام والنظافة، ولكن بشرط أن لا تكون عثرة من ناحية، وألا ترهق ميزانية البيت من ناحية أخرى

فالتـعقل وحسن التـبصر في كـل شيء كفيـلان بتحقـيق الغاية المنشودة.

٤- على الزوجة أن تحافظ على حيويتـها الذهنية عن طريق القراءة والاطلاع على الموضوعات والبرامج النافعة المفيدة سواء في الصحف أو المجلات أو في الإذاعة والتليفزيون.

بمعنى آخر: تكون متـرفعة عن الإعلام السقـيم والتافه.. وبذلك تصل إلى المستوى الفكري الناضج، فـالزوج في هذه الحياة يبحث عن زوجة وصـديقة تمنحه الصحبة وتدير له البيت، وتجعل منه مكانًا يشعر فيه بالراحة والاسترخاء، والشعور بالانتماء، وليس مجرد مكانًا يحفظ فـيه ثيابه وينام. وحين تتجاهل الزوجات هذه الحقيقـة الأولية في الحب، فإن النتيجـة الحتمية سوف تكون عـدم الاكتراث وعدم الإحساس بالانتماء.

٦- على الزوجة الصالحة أن تتسم بالاتزان الوجداني أي الهدوء النفسي:

أي عدم التهور والهياج لأسباب لا تستدعي ذلك.

فالزوجـة التي تتمتع بالاتزان الوجـداني، ينشأ أبناؤها على الثـقة بالنفس، والتفتح للحياة والابتـسام لها، والإحساس بالطمأنينة تجاه حاضـرهم ومستقبلهم، فيسود الاستقرار في حياتهم وحياة من يحيطون بهم.

٧- الزوجة الحكيمة تستطيع تقديم المشورة الصالحة لزوجها ولأبنائها:

ولكي يتحقق ذلك، لا بد لها أن تكـون صاحبة العبادة الحقيـقية التي تجعل منها إنسانة تتـقدم في إيمانها، وبإيمانها سلوك المحـبة واستنارة الفكر، فيلجـأ إليها زوجها وأبناؤها بثقة واطمئنان حينما تعترضهم مشاكل الحياة وأزماتها.

٨- على الزوجة الصالحة أن تكون كاتمة أسرار لزوجها ولأبنائها:

حيث إن اكتساب ثقتهم يعتبر ركنًا أساسيًا وجوهريًا في تحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل بينها وبينهم. إذ إن تلك الثقة تسمح لهم بتقريب المسافة بينها وبينهم، فيفصحون لها بما يدور بخلدهم، ولا يكتموا عنها ما يعتقدون أنه ضمن أسرارهم التي ينبغي ألا تكشف.

عليها أن تشجعهم للتعبير عما يدور بخلدهم، وذلك بتوفير الفرصة لكلٍ على حدة إن أمكن بغير تكلف، لكي تقضي الوقت الكافي معه على انفراد لكي يعبر عن نفسه بحرية، وبذلك تساعدهم على التخلص من التعثرات الداخلية التي قد تسبب لهم الضيق والقلق النفسي.

٩- على الزوجة الصالحة والمتعلمة أن تزيد من احترامها لزوجها:

وتضع علمها، وإمكانياتها في خدمة بيتها، ولتكن الزوجة ما تكنه خارج بيتها وفي عملها، حتى لو أصبحت في مركز مرموق، لكنها داخل بيتها هي الزوجة الوفية المسالمة، لأن الجواب اللين يصرف الغضب، وهي مربية الأطفال في غير توان، وهي ملهمة لزوجها، مجتهدة في تحقيق رضائه عن نفسه، أي إشعاره بالكرامة والقدرة على التغلب على الصعوبات التي تواجهه، مما يجعل من البيت فردوسًا أرضيًا، لأن ما هو الفردوس؟ إنه المكان الذي توجد به المحبة، فحيث تكون المحبة يكون الله، والله هو فردوسنا، بل إله ملكوتنا.

١٠- على الزوجة أن تشجع زوجها وأبنائها على العبادة الهادئة:

والتأمل في محبة الله، والجلوس معهم بين وقت وآخر حول كلمة الله والتردد على دور العبادة لتقديم عبادة نقية. . فإن في ذلك تقوية للأسرة وارتقاء إلى حياة السلام.

وهذا هو قمة الانتماء. إذ إن فيه اجتماعًا مشتركًا حول مصدر الحياة ذاته..

وكما قيل في الكتاب المقدس: «لأن التقوى مع القناعة تجارة عظيمة».

وعلى الزوجة أيضًا:

أن تشجعهم، علـى الإسهام في مشروعات دور العبـادة بشرط أن ينتفي في ذلك حب الظهور، وكـذلك الخروج إلى مـواطن القديسين والشـهداء وزياراتهم، ونوال البركـة من هذه الأماكن المقدسـة، مما يساعد على التـرابط الأسري في ظل الحياة الروحية الحقة.

١١- الزوجة الصالحة تتجنب مقارنة زوجها بغيره من الرجال:

فلا تلجـأ إلى المقارنة بين زوجهـا وزوج صديقتهـا أو أختها الأكـثر ثراءً أو نجاحًا أو ثقافة.. وينبغي أن تتجنب إشعـاره ولو بصورة غير مباشرة بأنها تغار من الأخريات لأن أزواجهن يكسبون ويربحون أكثر.

١٢- على الزوجة ألا تكون الرئيسة والمسيطرة على حياة زوجها:

الزوج سيد نفسه، والرجل يريد أن يشعر باسـتقلاليته دائمًا، ويسعى بالتالي إلى كسب حريته، ولا يسمح لأحد بأن يسيطر عليه.

والزوجة التي تصر على أن تكون الرئيسة على زوجـها والمسيطرة على حياته تخسر زوجها، وتهدم حياتها بنفسها.

١٣- على الزوجة تجنب مقابلة أحلام الزوج بالهجوم القاسي:

الرجل يفتقـد إلى المغامرة ويبحث عنها دائمًـا، ويحلم بها عكس المرأة التي تحاول أن تكون واقعية دائمًا. وهو دائم التـفكير في المشاريع، فينبغي على الزوجة تجنب مقابلة أحـلامه بالهجوم القاسي، ولـتدعه يتحدث عن كل مـا يفكر فيه من مشروعات وخطط، ولتنصت إليه جيدًا.

وإن كان ولا بد من تدخلها فليكن بهدوء وترو، وإسداء النصيحة بطريقة غير مباشرة، وبأسلوب عادل دون إحراجه أو إحباطه.

(٢) الزوجة الصالحة.. وتجديد الحياة الزوجية:

في المراحل الأولى للزواج يكون الإحساس بالآخر هو السائد، ولكن مع مرور الزمن تتعرض هذه المشاعر للاندثار والتآكل، ولذلك تصاب المشاعر الجميلة بين الطرفين بنوع من التقلص والفتور.

ومن أجل حياة زوجية سعيدة تقدم لك الطبيبة الفرنسية (ميشال لاشوكسكي) عدداً من النصائح لكي تجددي حياتك الأسرية بصفة مستمرة:

١- لا تضعي أخطاء زوجك تحت الميكروسكوب، وإلا فإن المسافة بينك وبينه ستتسع.

٢- البعد عن التخمين الخاطئ، بل لابد من التحدث بصوت مسموع ومعرفة الرأي الآخر.

٣- عدم التشعب في المشاكل، وتحديد مشكلة واحدة والوصول بها إلى الحل.

٤- احرصي على المصارحة الدائمة مع الطرف الآخر وكشف المشاعر الداخلية بصدق ممزوج بالاحترام.

٥- السعي إلى حل المشكلة في بدايتها لإعطائها الفرصة السليمة لحلها بسرعة. أما إهمالها وتفاقمها فيقلل الفرص ويجعل الحل أكثر صعوبة.

٦- أخرجي البخار وتجنبي الانفجار مع الطرف الآخر بممارسة رياضة المشي قبل المناقشة معه.

٧- رتبي أفكارك وتحدثي بروية وهدوء.

٨- أحرصي على إعطاء نفسك قدراً كافيًا من الراحة، فالتعب والمجهود يقللان من فعالية معالجة الأمور.

٩- اجعلي نفسك لينة ورقيقة، فالصلابة تجعل الإنسان يندثر ببطء في دروب الحياة. وتعاملي مع مشاكلك بليونة لتتخطي الصعاب.

١٠- استعيدي دومًا الذكريات الجميلة مع الطرف الآخر، وانظري إلى الإيجابيات في حياتك الزوجية واتركي السلبيات.

١١- تقبلي شريك حياتك كما هو، واحرصي على التكيف مع طباعه أكثر من محاولة تغييرها.

(٣) الزوجة الصالحة تساعد الزوج على ممارسة أبوته:

لا يقتصر نجاح الحياة الزوجية على علاقة الزوجان معًا بدون أن يكتمل دورهما في القيام بدور الأب والأم. فالطفل يحتاج إلى الاثنين معًا؛ لذلك على الزوجة الناجحة المحبة أن تساعد زوجها على تأدية هذا الدور بطريقة صحيحة.

وإليك بعض النصائح التي تقدمها (د. مني علي رأفت) أستاذ علم الاجتماع بجامعة القاهرة:

* قبل ولادة الطفل تحدثي مع زوجك عن الدور الذي تتوقعينه منه في حياة المولود.

* شجعيه عندما تشعرين أنه يهرب من المسئولية الجديدة بأسلوب دبلوماسي فهو لم يكن أبًا من قبل.

* اتركي طفلك مع أبيه عند خروجك من المنزل فهذا يكسبه خبرة وارتباطًا، فلا تحرميه هذا الحق.

* اشركيه في اللعب معك ومع طفلك لكي تكسري حاجز الخوف والقلق من طريقة لعبه مع طفلك.

* اطلبي العون منه عند إحساسك بالإرهاق من رعاية الطفل بطريقة لطيفة وبدون عصبية، وأشعريه أنه لا يمكنك الاستغناء عن دوره.

* لا تدعي اهتمامك بطفلك ينسيك الاهتمام بزوجك حتى لا يشعر بالغيرة من الطفل ولكي يستمر اهتمامك به هو استمرار الحب وحمايته، المقدرة على الاستمرار في العطاء بين الزوجين ورعاية وتدعيم الحب بينهما.

* اشكري زوجك دائمًا على تلبية احتياجات الطفل المادية، ولا تقولي له: إن هذا هو واجبه الطبيعي وعليه القيام به فقط.

* لا تسخري من زوجك إذا أخطأ تجاه الطفل، بل اجعلي الأمر كأنه مادة فكاهة، اضحكا معًا على الموقف وخصوصًا إذا ساعدك في تغيير ملابسه أو استحمامه.

* أخيرًا: اتركي لزوجك فرصة للخروج مع أصدقائه حتى لا يشعر بالاختناق من هذا الواجب الجديد.

* * *

الفصل الثامن

دور الزوجين معاً في تنمية الإحساس بالانتماء

المقدمة

دور الزوجين معًا لتحقيق الإحساس بالانتماء.

(١) يتقبل بعضهما لبعض.

(٢) التخلي عن الأخطاء النفسية التي لها ضرر على الحياة الزوجية.

(٣) إذا اكتشف أحد الطرفين أنه كان ضحية لخداع الطرف الآخر.

(٤) يجب أن يتفادى الطرفان كلمة «كرامة».

(٥) على الزوجين العاملين بالكلمة يقدسونها أولاً، وبالتعلم بها ثانيًا.

وأخيرًا: على كل من الزوجين أن يجعلا أساس حياتهما: التسامح، والتغاضي عن الأخطاء.



الفصل الثامن

دور الزوجين معًا في تنمية الإحساس بالانتماء

******

المقدمة:

إن دور الزوجين معًا في تنمية الإحساس بالانتماء للأسرة يتم ذلك من خلال الحياة الروحية الحقة، ويعتبر الشعاع الذي يضيء الطريق أمام الزوجين في سبيل توفير حياة أسرية يظللها الحب الحقيقي، والحياة الروحية التي تمهد السبيل لخلق أبناء سعداء يخدمون وطنهم، فتسعد بهم أسرهم ويفتخر الوطن بأعمالهم.

وفيما يلي سوف أوضح العوامل التي تساعد على توضيح دور الزوجين معًا في تنمية الإحساس بالانتماء:

دور الزوجين معًا لتحقيق الإحساس بالانتماء:

(١) على الزوجين أن يتقبل بعضهما البعض بمساوئهما ومميزاتهما، بنقصهما ومدى الكمال فيهما:

- كل ما في الزوج يغني في حبه لزوجته وحبها له.
- وكل ما في الزوجة يغني في حبها للزوج وحبه لها.
- ولا يعني هذا إلغاء لشخصيتهما، وإنما يعني ازدهارها في الشريك.
- نواحي الضعف يعالجانها، ونواحي القوة ينميانها.
- ومن خلال العيادة المشتركة يسعدان معًا في الفضيلة.

ويصلي كل من أجل الآخر، وبذلك تصبح العلاقة الزوجية جزء من كل وعنصراً من تنظيم متكامل، ونتيجة التفاهم المشترك، بل وحافزاً لمزيد من التفاهم.

(٢) وعلى كل من الزوجين التخلي عن الأخطاء النفسية التي لها ضرر على الحياة الزوجية:

مثال ذلك الأنانية، فإنها رزيلة رهيبة لو سيطرت على أحد الشريكين لسعى إلى فرض ذاتيته ورغباته على الشريك الآخر، بينما المفروض أن تذوب أنانيتهما في حبهما لبعض. فقبل أن يفكر كل واحد فيما لنفسه أولاً يفكر هو للآخر فبقدر الشريك الآخر هذا الفعل المبارك فيزداد شعوره بالعرفان. ويمجد الله فيما يبذله شريكه من حب وخدمة.

(٣) إذا اكتشف أحد الطرفين أنه كان ضحية لخداع الطرف الآخر:

إن الزوجة التي تكتشف بعد الزواج أن زوجها ممن يقامرون أو ممن يدمنون الخمر أو يسرف في استعمال المكيفات وأنها كانت على غير علم بهذه العادات الشريرة المتحكمة في حياته قبل الزواج. عليها أن تنظر إليه نظرة الطبيب إلى المريض، فهو أجدر بالرثاء منه بالاحتقار.

ولتأخذ بيده لتعاونه على التخلص من تمكن أي عادة سيئة في حياته، وعليها أن تستعين في ذلك بتوجيهات الطبيب النفسي حتى يثوب زوجها إلى رشده، وتكون معاونتها الصادقة سبباً في عودته إلى حظيرة الساكنين ليس حسب الجسد بل حسب الروح.

وتقع نفس التبعة على أكتاف الزوج الذي يكتشف بعد الزواج أن زوجته قد أخفت عنه بعض المقالب التي لم يتعرف عليها خلال فترة الخطوبة.

فعليه أن يعاملها بحكمة، حتى يقودها إلى المثالية التي يتمنى أن يراها فيها كزوجة له، وأم لأطفاله.

أما إذا تملكت أحد الزوجين عادة فاسدة بعد الزواج، فلا شك أن الطرف الآخر يتحمل جزءاً كبيراً من المسئولية. ولذلك فإن حياة المصارحة بعد الزواج ضرورية مثلها خلال فترة الخطوبة.

وفي جميع الأحوال يجب على الزوجين أن يجعلا الروح الدينية التي تقوم على أساس المحبة، والسلام، وطول الأناة رائداً لهما في جميع معاملاتهما، وميزانًا يزن جميع تصرفاتهما.

إن المحبة الحقيقية تستر كثرة البلايا، وإذا حرص كلاً من الزوجين على رباط المحبة أساسًا للتعامل بينهما، فإن السفينة ستصل بنجاح إلى بر السلام، وسلام الله نسأل أن يجعله خيمة تظلل على أسرة تعهدت بأن تحيا حياة الطاعة والمحبة والتسليم.

(٤) يجب أن يتفادى الطرفان كلمة «كرامة».. لأن المفهوم الروحي لكلمة كرامة يختلف كل الاختلاف عن المفهوم العالمي:

فكرامة الإنسان الروحي المتدين ليست من نوع الكرامة الخارجية، بل هي كرامة داخلية تنبع من الله الساكن فيه، كرامة الفرد لا تجيء إليه من شخص من الخارج، فليس المدح هو الذي يعطيه كرامة، وليس الذم هو الذي يفقده الكرامة، فلا يكون كالعاصفة التي في مهب الريح، كلمة ترفعه إلى فوق، وكلمة تهبط به إلى أسفل، وكأنه بذلك ليست له قيمة في ذاته لأن قيمته تأتي من الخارج.

أما إذا كانت كرامة الفرد تأتي من الداخل أي من الله، فإن أي شيء إليه من الخارج يبقى بلا قيمة عنده.

من أجل ذلك يقول أحد القديسين «لا تجعل سلامك في أفواه الناس»، فيجب ألا يفقد الفرد نفسه، أو يعكر مزاجه بسبب ما يمكن أن يأتيه بأذى من الخارج.

والواقع لو أن الفرد أخذ بهذا المفهوم الروحي عن الكرامة، ولو أمكنه أن يدرب اللسان على أن يضبط نفسه، ولا يتكلم بما يسيء إلى الآخرين، لأمكن تجنب ظهور المشاكل التي تتعلق بالكرامة في الحياة الزوجية.

(٥) على الزوجين العاملين بالكلمة يقدسونها أولاً، وبالتعلم بها ثانيًا. يجعلان من أسرتيهما خلية للإيمان يحفظ التراث الديني كله من فضيلة وحب وعقيدة:

والإيمان ليس شيئًا غيبيًا يسبح في الهواء، ولكنه معنى يتجسد في المؤمنين والمؤمنات بما يظهرون من تطبيق لمبادئه، وغيره لفاعليته وإعلان لرسالة الحب التي أعلنها الله بواسطته.

وعلى الزوجين أيضًا أن يسلما أبنائهما الإيمان الذي تسلماه هما من والديهما، ومن الكتب المقدسة، ودور العبادة. . وهذا من أهم واجبات الوالدين، فالأسرة مسئولة بدورها عن تسليمه للأجيال التالية وديعة نقية بلا عيب ولا دنس.

وأخيرًا:

أرغب في توجيه كل من الزوجين أن يجعلا أساس حياتهما: التسامح، والتغاضي عن الأخطاء، وأن يمنح كل منهما نفسه للآخر بسخاء، وأن يقدر كل منهما أن سعادته إنما ستحقق عن طريق إسعاد شريكه.

فالحب قوة كامنة في البـاطن، وهو في متناول كل فرد، وهو في هذا العالم المضطرب الثروة الوحيدة الثابتة التي نملكها ولا يشاركنا أحد فيها.

فإذا أرادت الزوجة أن تحب فيجب أن تحب.. فكمـا قيل «إن أشعة الشمس الداخلية لا تدفئ قلب مالكها فقط، ولكنها تدفئ جميع من يتصلون بها».

وفي النهاية: إن الأطباء النفسيين من واقع خبراتهم في تمييز الأعراض الدالة على الزواج غير الموفق فيمكنهم نصحك وتوجيهك.

وكما أن الفلاحين يستطيعون التنبؤ بسوء الحالة الجوية بمجرد النظر إلى الأفق فإن الأطباء النفـسيين تعلموا كيف يميزون الأعـراض الدالة على الزواج غير الموفق من الزواج الموفق.

لذلك: فإن استـشارة الطبيب النفـسي قبل الزواج للتعرف إذا كـان أحدهما ملائمًـا للآخر، لأن ذلك مـعناه نقص حـالات الطلاق، والحد من إنجـاب أطفال مضطربين نفسيًا، وتوفير السعادة للزوجين.

***

الفصل التاسع

الأسس التي تساعد على تحقيق السعادة للزوجين

المقدمة

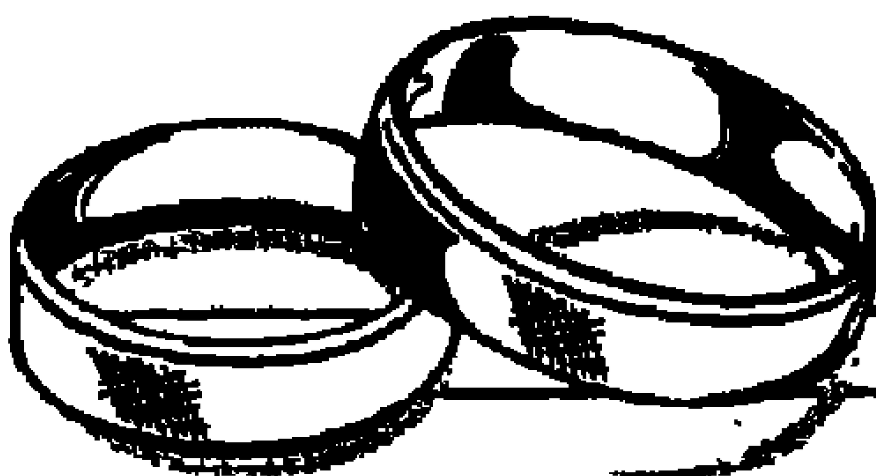
(١) الأسس التي تساعد على تحقيق السعادة للزوجين.

(٢) عوامل أخرى تساعد على تحقيق السعادة للزوجين.

(٣) العروس.. ومفاجآت سنة أولى زواج.

(٤) دور الزوجة لمواجهة المفاجآت في السنة أولى زواج.

(٥) وأخيراً.. الوصايا العشر للمتزوجين.



الفصل التاسع

الأسس التي تساعد على تحقيق السعادة للزوجين

* * * * * *

المقدمة:

الإنسان الأكثر تكاملاً في شخصيته يكون أسرع في تحقيق السعادة في حياته الزوجية والأسرية، وأسرع خطى في الوصول إلى السعادة.

ولكن يجب أن يكون إلى جانب كل ذلك متواضعًا توقعاته، ماضيًا في تقبله ورضاه للحياة التي ارتبط بها في غير تزمر أو ضجر.

(١) من الأسس التي تساعد على تحقيق السعادة للزوجين، ما يلي:

١- الإقرار بالفروق القائمة بين الناس:

طالما أنه لا يوجد إنسان إلا ويختلف عن الآخر، ويتميز بخصائص تختلف عن الآخرين، وإننا لا نستطيع أن نصب الناس في قوالب تقوم على مواصفات نضعها لأنفسنا وبأنفسنا، أي نشكل إنسانًا طبقًا لمواصفات نريدها نحن منه لا كما يريدها هو لنفسه، أو كما أدارتها الظروف الوراثية والبيئة.

لذلك: ينبغي قبول هذه الفوارق والاختلافات التي تقوم في أطراف الزواج وأفراد الأسرة التي يرتبط بها هؤلاء.

فالزواج شركة بين طرفين يتلاقيان معًا بمميزاتها وضعفاتها، وعلى كل شريك أن ينمي في الآخر مميزاته، ويحتمل معه ضعفته ويشاركه علاجها والتخلص منها.

٢- التوافق في الميول والهوايات:

التوافق في الميول والهوايات بين الزوجين من الدعائم التي تقوم عليها السعادة، والزواج الناجح، ولتوضيح أهمية هذه الناحية يمكن أن نتصور شخصًا يميل إلى الخروج إلى الخلاء، وقضاء الوقت في السهرات، وفي طباعه نوع من الجرأة وحب المخاطرة، لو أن هذا الشخص تزوج بفتاة من النوع الهادئ هوايتها المفضلة ملازمة المنزل والزهد في الخروج، وعدم الميل إلى الوجود في المجتمعات أو السهرات، لا تحتمل المخاطرة أو الميل إلى الأعمال الجريئة.

مثل هذا النوع من الزواج لا يدوم طويلاً لعدم توافق الميول والطباع، وتباينها جذريًا أي: كليًا وجزئيًا ما يؤدى إلى الخلافات المستمرة بسبب تعارض رغبات الزوجين واختلافهما في قضاء وقت الفراغ.

لذلك.. كان من أهم دعائم النجاح في الحياة الزوجية أن يراعي الشخص في اختيار شريك حياته أن يكون متفقًا معه في الطباع المزاجية والصفات الخلقية حتى يسهل التوافق والإنسجام بينهما في حياتهما الزوجية المشتركة، وليس معنى هذا، أن الزوجين يجب أن يكونا صورة واحدة من بعضهما الآخر.

ولكن المقصود، أن يكون أي تباين بينهما عامل من عوامل تكاملهما، فنقص الواحد تكملة ميزة الآخر.. ونأخذ مثالاً لذلك:

الوداعة، والغضب، أو العقد الراسبة منذ الطفولة، كعقدة الشعور بالذنب أو الخوف من الجديد، أو سوء الحكم على الناس وإدانتهم، أو فهم بعض المعتقدات الدينية فهمًا خاطئًا، أو الإعجاب بظاهر الأمور دون تقدير أعماقها.

كل هذه إذا وجدت في أحد الشريكين، وكان الآخر على مستوى من الحكمة والتقوى الحقيقية أمكن علاجها والتخلص منها، وخاصة إذا وجدت بالبيت روح الصلاة والعلاقة مع الله.

٣- الذكاء والنضج العقلي:

يجب ألا يكون بين الطرفين تفاوت كبير من حيث الذكاء والتفكير.

فالذكاء هو سلاح الشخصية الذي يساعد على النجاح في الحياة، وهو القدرة العقلية التي يظهر آثارها في حل المشكلات والتغلب على الصعوبات والتصرف في المواقف المختلفة الخاصة الطارئة منها: وهو الذي يساعد الشخص على التعليم وعلى الإفادة من التجارب والخبرات التي تمر به.

إن كثيراً من المتاعب الزوجية يرجع أصلها إلى عدم نضج عقلية الزوج أو الزوجة بالدرجة الكافية التي تساعد على حل المشكلات قبل تفاقمها.

لذلك، فإن توفر عامل الذكاء والنضج العقلي من الدعائم الهامة لتوفير السعادة للزوجين واستمرار الحياة الأسرية.

٤- التكيف الديني:

ينبغي أن يكون الزوجان متفقين من الناحية الدينية، فإذا تمسكا بأهداف الدين وتعاليمه تحققت لهم السعادة الزوجية في الحاضر والمستقبل، فإحساسهما أن الله بجانبهما يساعد على التغلب على صعوبات الحياة، ويبعث في قلبهما الشعور بالأمان والمحبة والتسامح.

فضلاً عن التغاضي عن الأخطاء، والسعي إلى دوام الحياة الزوجية مستقبلاً على أسس قوية من الإيمان والتقوى، وينتقل هذا بدوره إلى الأبناء فينشأون على هذه الدعائم القوية التي تضمن لهم حياة هانئة هادئة، بعيدة عن عواصف الحقد والكراهية، وعدم الرضا، قائمة على الإيمان الذي يقضي على القلق، وينمي روح الطمأنينة، والثقة في النجاح، ومواجهة الصعاب والآلام بشجاعة واحتمال. إن الزوج في وقت الشدة إذا سمع من زوجته كلمة «ربنا يدبر لا تخف»، ارتفعت

معنوياته وقـويت عزيمته، وكـذلك الزوجة في وقت مرضـها إذا قال لها زوجـها: «ربنا سيمد يده بالشفاء»، امتلأت سلامًا، وهكذا تنتقل إلى الأبناء روح الإيمان.

٥- التكيف الاجتماعي:

حتى يمكن تحقيق السعادة الزوجيـة، ينبغي أن يكون كلاً من الطرفين متفقين في النواحي الاجتماعية والثقافية، لأن الفوارق الكبيرة في هذه النواحي تنذر بزواج غير متكافئ مآله الفشل لأنه يستلزم الكثـير من الجهد لتحقيق التكيف والتوافق، إذ يشـعر كل من الـطرفين بفقـدان الاحـترام بالنسـبـة للآخر، وسـرعـان ما تكبـر الاختلافات بينهما حتى ترتبط بمواقف أعمق وتسبب الانهيار الزواجي.

لذلك، ينبغي في اختيار الزوج أو الزوجة الاهتمام في المقام الأول بالصفات الخلقية وتقارب المستوى الاجتماعي والثقافي بين الزوجين، وألا تقتصر النظرة على النواحي المادية أو النسب.

كذلك، تقارب السن من أهم أسبـاب السعادة الزوجية مستقـبلاً، فلا ينبغي المجازفة بقـبول زواج يتفاوت فيه عـمر الزوجين تفاوتًا كبيـراً، وحتى لو بدا الأمر مقبولاً في أوله، فإنه يحمل بين طياته بذور فشله خاصة مع تقدم السن، واشتعال غيرة الطرف الأكبر سنًا من جانب، وشعـور الطرف الأصغر بالحرمان العاطفي من جانب الآخر.

٦- توفير الاحترام المتبادل بين الزوجين:

الحب المثالي هو الذي يحترم فيه الطرفان كل منهما الآخر، وإلا ابتذل الحب وأصبح لهـواً ومتعـة، في يوم يفقـد أحد الزوجين احتـرام الآخر يوم تبدأ الحـياة الزوجية في الانهيار، والاحترام المطلوب ليـس أمام الناس فقط بل وفي البيت فيما بين الزوجين منفردين وعلى الأخص أمام الأبناء والخدم.

ينبغي أن يكون أساس التعامل بين الزوجين قائمًا على تقدير كل طرف لمشاعر وأحاسيس شريكه، وتفادي السيطرة والتسلط والإتهام غير المسئول.

فالحياة الزوجية لا تقوم على عقد زواج فقط، وإنما تقوم على الحب والاحترام المتبادل والوفاء، والانسجام والتجانس بين الزوج وزوجته على أساس من التوافق والتكامل مع الجهد الذي يبذل في هذا السبيل لتحقيق هذا الانسجام وتجديد عاطفة الحب والالتزام بكل الوسائل الممكنة.

٧- يجب أن يراعي الزواج كالنبات الصغير:

الزواج يحتاج إلى رعاية وعناية واهتمام، ولابد أن تقوى جذوره بالانتماء المتبادل، والمجاملات المستمرة، وهما من مظاهر العواطف والاعتبار، وهذان يعتبران كالشمس والماء اللازمين لنموه وازدهاره، ولابد من وسيلة اتصال للتعبير عن العواطف بالكلمة والمجاملة، على أن الحب وهو أعمق من الكلمات لابد من التعبير عنه في كثير من الأحيان. وكما أن رعاية النبات تحتاج أيضًا من وقت إلى آخر لإزالة الأعشاب الضارة من حوله - فلابد أيضًا من إزالة المضايقات والمتاعب والصعوبات ومنع تراكمها.

كما يجب أن تناقش الصعوبات كلما ظهرت والعمل على عدم قيامها، وبذلك تزول المشكلات وينمو الزواج ويترعرع، أي أن يقف الزوجان معًا بين وقت وآخر موقف التقويم لحياتهما ليزداد عطاء كل منهما للآخر ويعالج كل منهما ما يضايق شريكه أو يتعبه.

والمثال الآتي يوضح ذلك:

جاء في ذات مرة رجل في منتصف العمر يسألني النصح في تحسين علاقته مع زوجته وقال: «لقد اتسم سلوك زوجتي بالبرود واللامبالاة، ولست أدري ما

السبب فإنها لا تبدي أي اهتمام بأي شيء، ولم تعد تبدي أي رغبة في الوفاء بالتزاماتها كزوجة».

وبعد عدة مقابلات مع زوجته، اكتشفت اللغز الكامن وراء عدم مبالاتها، كان زوجها شديد الأنانية، عديم المبالاة، كان يعيش كزوج أعزب إلى أن أيقنت زوجته بأنها تلعب دور الوصيفة في المنزل. كان يطالبها دائمًا بإعداد وجبات الطعام في المواعيد المحددة. استغرق في القراءة بدون أن يعطي لها ولأولادها نصيبًا من وقته أو عنايته.. ولقد كان زوجها رجلاً ناجحًا في عمله، وله دخل محترم، ولكن عينيه كانت لا ترى الحقيقة الهامة وهي: أن أسرته تحتاج إلى شيء أهم من الراحة المادية، إنها تحتاج إلى رعايته وحبه واهتمامه.

وفي الحقيقة نستطيع إنقاذ أي نوع من الزيجات من الانهيار إذا تبينا مصدر الاضطراب النفسي الذي يهدد السعادة الزوجية على أن يعمل كل منهما بأمانة للتخلص من هذه الأسباب، وإزالة البواعث المكبوتة التي تؤدي إلى عدم الوفاق.

وفي الحالة السابقة أدرك الزوج سبب إعراض زوجته عنه وأمكنه استبصار عناصر الموقف جيداً، فعدل سلوكه، وكان أن عادت للأسرة سعادتها المفقودة.

٨- يجب أن يحصل على مشورة كفء صالحة إذا لزم الأمر:

فالمشكلات والصعوبات التي تصادف الفرد لا يستطيع أن يحلها بنفسه في بعض الأحيان. ولذا يجب أن يستعين باستشارة من يثق بهم.

فالاستشارات الزوجية أصبحت ضرورة وتحتاج إلى التخصص.

ولرجال الدين، والأطباء النفسيين، والإخصائيين الاجتماعيين دور هام في الخدمات الاستشارية الزوجية، فقد تكون للمشكلات أسبابها العميقة المختفية التي تحتاج إلى من يعاون في إبرازها حتى يدركها صاحبها ويحس بوجودها، بالعوامل المؤثرة فيها ليسهل بعد ذلك تقبل العلاج اللازم والملائم.

٩- يجب أن يستعد كل من الزوجين للإنجاب ورعاية الأطفال:

وذلك عن طريق التعرف على الجوانب والمعلومات المتصلة بهذه الناحية، وأن يدرك المسئوليات المتعلقة بالأمومة والأبوة بإنجاب الأطفال وتنشئتهم، والأساليب الصحيحة لإشباع حاجاتهم النفسية والبدنية، والرعاية الواجب توافرها لهم.

فالبيت السعيد يخرج أطفالاً سعداء.

والأطفال في الظروف الطبيعية من العوامل التي تقوي الرابطة بين الزوجين، فهم يجمعون ولا يفرقون ولكن:

المرأة في بعض الأحيان تنسى أنها زوجة كما أنها أم، وأن واجبها الأول هو إسعاد زوجها وتدبير أموره، فحينئذ يصبح غيوراً من شدة اهتمام زوجته بالأطفال إذ يحس أنه كم هو مهمل ومنبوذ. ويجد أن كل شيء يضحى به من أجل الأطفال، وأنه من ضمن هذه الأشياء المضحى بها، فلا ينال أي قدر من الاهتمام من زوجته مما قد يثيره باستمرار، فيصبح عصبيًا.

فالزوجة الحكيمة هي التي تمسك العصا من الوسط بلا إفراط ولا تفريط، وكذلك الزوج، حتى يصبح الأطفال سبب دعم للحب وليس سبب انفصام له.

بمعنى أوضح ينبغي على الزوجة أن تحرص على ألا تفني نفسها في أطفالها مستبعدة في سبيل ذلك أي شيء آخر في حياتها. كما يجب أن تعمل على ترتيب بعض الاحتفالات والرحلات في عطلة نهاية الأسبوع لتخلو هي وزوجها إذا أمكن بعيداً عن الأطفال إما بمفردها أو مع بعض أصدقاء العائلة، وكذلك، ينبغي أن يفهم كل من الزوجين أن هناءهما الشخصي أمر ضروري، وأنهما إن لم يكونا سعيدين معًا سوف لا يكون الأطفال سعداء، ففاقد الشيء لا يعطيه.

١٠- العمل على تنظيم الأسرة:

يجب الا يمتد ذلك طويلاً في بدء الحياة الزوجية، وألا تتأخر عمليات الإنجاب لأن تكوين الأسرة، وإنجاب الأطفال، يجب أن يبدأ مبكراً، ثم يبدأ تحديد فترات الإنجاب بعد ذلك.

كما ينبغي مراعاة عدم زيادة حجم الأسرة إلى الدرجة التي تؤدي إلى عدم القدرة على توفير الصحة النفسية والسعادة لأبنائها، الأمر الذي يؤدي إلى ظهور الاضطرابات النفسية، وبعض مظاهر الانحراف بينهم: كالطفل الميال للعدوان، والطفل الخجول، والطفل المغرور، والطفل الشرس، والطفل المنطوي، والجانح في أي صورة من صور الانحراف.

وكذلك، كلما قل حجم الأسرة، زادت العوامل التي تساعد على تكوين الطفل الناجح، الطفل الطبيعي في تصرفاته وسلوكه، والطفل الممتاز في خلقه والمعتدل في طباعه، والناجح دراسيًا، وسعيداً في حياته.

١١- تقبل كل طرف للآخر:

لتحقيق السعادة الزوجية في ذلك:

بالابتعاد عن القلق والتفكير المستمر في السعادة والذي يؤدي بالضرورة إلى التفكير فيما كان من قبل وفيما سيكون من بعد، وهذا في حد ذاته يفسد الشعور بالسعادة لذلك:

* فالسعادة تكمن في تعديل النفس طبقًا للظروف المحيطة بالحياة الزوجية.

* وعلى كل من الزوجين تقبل كل طرف للآخر.

فالزوجة عليها أن تتقبل أنها جزء من البيت الجديد فتتقبل الزوج كما هو أي السعادة الزوجية تتلخص في تقبل كل طرف للآخر مما هو عليه دون شروط مستقبلية ما دام كل طرف تقبل الآخر. أي يحدث نوع من الألفة والانسجام

والالتصاق غير المعلن مما يحقق سعادتهما.

١٢- التوافق في السن:

يعتبـر من ضرورات الحياة الزوجية السـعيدة، وكم من مآسي تحدث نتـيجة الزواج بشريك لا يوجد توافق معه في السن:

- الشاب الذي يتزوج بسيدة أكبر منه سنًا من أجل مالها.
- الشابة الصغيرة التي تتزوج برجل في سن والدها فتكون له ممرضة وليست زوجة.

وفي مثل هذه الزيجات التي تفتقـد إلى التوافق في السن تنفسخ العلاقات، وتنشأ الغيرة والشك وعدم الثقة وما يتبعها من مآسي لا يمكن معها أن تستمر حياة زوجية مستقرة.

(٢) عوامل أخرى تساعد على تحقيق السعادة للزوجين:

يفقد كثير من الأزواج معنى السعادة الزوجية في بيوتهم حيث أحيانًا يفشلون في تحـقيق الراحـة والسـعادة، الأمـر الذي يؤدي إلى تفـاقم المشـاكل الزوجيـة، والوصول إلى طريق مسدود.. ويصبح الشقاء والضيق أحد ملامح الحياة الأسرية.

وفيما يلي الطرق المثالية للوصول للسعادة الزوجية خاصة للأزواج الجدد:

١- التـوافق الروحي، والإحسـاس العاطـفي بين الزوجين؛ لأن مسـئوليـة السعادة الزوجية تقع على الزوجين.

٢- تبادل حسن الظن، والثقة بين الزوجين.

٣- تهيئة الجـو المناسب للبيت السعيد، ويتمثل في حـسن استعداد الزوجين لحل ما تتعـرض له الأسرة من مشكلات، فالعـديد من المشكلات تنشأ

من عدم تقدير أحد الزوجين لمتاعب الآخر.

٤- تبادل الاحترام المتبادل بين الزوجين.

٥- عدم تبادل الإهانات بين الطرفين، لأنها تظل راسخة، وتُوجد جدار يصعب معه الوصول للسعادة، لذلك ينبغي حسن المعاملة بين الزوجين.

٦- ينبغي اتخاذ الحوار كعامل مهم جداً لإضفاء جو من الراحة في نفس الوقت تجنب ألا يفرض أحد من الزوجين على الآخر اهتماماته الشخصية المتعلقة بثقافته أو تخصصه.

٧- تجنب محاولة إثارة الغيرة، فإن ذلك يؤدي إلى نتيجة عكسية.

٨- الثناء يعد عاملاً أساسيًا من مقومات السعادة الزوجية مع البسمة الدائمة، حيث يشعر كل من الزوجين بتبادل الإعجاب بينهما وتجنب العبوس، لأن العبوس يؤدي إلى الفرار من المنزل.

٩- تجنب الزوج أو الزوجة ذكر العيوب التي صدرت من أي منهما في مواقف معينة، وعدم إعلان الأخطاء أمام الآخرين، بحيث يتم تعديل السلوك من حين لآخر.

١٠- سعي كل من الزوجين اكتساب صفاتهما الجيدة من بعضهما البعض. فمثلاً: إذا غضب أحد الطرفين أن يلتزم الطرف الآخر بالهدوء؛ لأن الغضب يولد العديد من الأخطاء، وقد يشعر الطرف الآخر الذي أعلن ثورته بالغضب بنوع من الخجل في حالة احتواء الطرف الآخر لهذه الزوبعة وامتصاص هذه الشحنة الصاخبة.

١١- الإنصات باهتمام للأحاديث يعمل على التخلص من الهموم.

١٢- التوازن بين الاهتمام بمشاعر الوالدين ومشاعر الزوج أو الزوجة فلا يطغى جانب على الآخر.

١٣- تجنب الانشغال الدائم بالعمل، لأنه يعتبر عنصراً مهمًا للخلافات الزوجية ويؤثر في الحالة المزاجية لأي من الطرفين، ولابد من توفير نوعًا من التواءم، وذلك بالترفيه خارج المنزل كلون من أنواع التغيير.

١٤- دعوة الزوجة من زوجها لكي يساعدها في بعض الأعمال المنزلية كنوع من إيجاد جو من التعاون والتوافق.

١٥- يجب على كل من الزوجين الحرص على مشاركة الطرف الآخر ممارسة الهوايات المختلفة التي يحبها، ممارسة الأنشطة معًا تزيد من تقارب الزوجين وتولد جوا من التفاهم والود بينهما.

(٣) العروس.. ومفاجآت سنة أولى زواج:

تكثر المشاكل هذه الأيام بين كل زوجين حديثي الزواج وخاصة في السنة الأولى والتي تعد بحق سنة الاختبار لكلا الطرفين، فقد أمضى كل منهما حياة بلا مسئولية في ظل رعاية الأسرة لهما. ولكن الحياة الزوجية تختلف تمامًا اختلافًا كليًا عن حياة العزوبية، حيث يصبح لكل طرف مسئولياته التي يجب أن يقوم بها، وأن يلتزم بتنفيذها حتى تستقيم الحياة الزوجية وتسير في الاتجاه الصحيح.

ولأن السنة الأولى هي أخطر سنوات الزواج، فإن التساهل وإيجاد الحلول للمشكلات التي قد تطرأ في هذه السنة يبشر بحياة زوجية سعيدة وناجحة.

ويقع على العروس العبء الأكبر في هذه المرحلة، فيجب أن تعلم أن فترة الخطبة قد لا تكشف عن كل طباع الزوج، وقد تفاجأ بطباع لم تكن تتوقعها.

(٤) دور الزوجة لمواجهة المفاجآت في السنة أولى زواج:

١- يجب عليها الاستعداد لمواجهة هذه المفاجآت بحكمة وتعقل. حيث تصبح التضحية من جانب الطرفين شرطًا أساسيًا لاستمرار الحياة الزوجية.

٢- التعاون في مواجهة أمور الحياة وتدبير شئون البيت في حدود ميزانية الزوج ودون المبالغة في الطلبات أو الاحتياجات المنزلية التي يمكن الاستغناء عنها.

٣- يجب أن تحرص الزوجة على إقامة علاقة طيبة وحميمة مع والدي الزوج، وخاصة الأم التي سهرت وربت، وانصحي زوجك دائمًا بزيارتها والاهتمام بها وإعطائها بعضًا من وقته، لأن ذلك كفيل بأن يدفع الزوج أيضًا إلى بر والديها وصلتهم والاهتمام بهما.

٤- يجب أن تحرص الزوجة على أن تكون طاهية ماهرة تهتم بكل أمور المطبخ وأن تجعل من بيتها مملكة لها تهتم بكلٍ كبيرة وصغيرة به، وأن يبدو منسقًا منظمًا دائمًا.

٥- ينبغي عليها ألا تهمل مظهرها، وأن تحرص على أن تكون أنيقة وجميلة.

٦- لا مانع من تبادل الهدايا بينهما بغض النظر عن قيمتها وأن يشكر كل طرف الآخر ولا يعيب ذوقه حتى ولو لم تعجبه الهدية.

يجب أن يلتزم الطرفان:

* بأسلوب النفس الطويل في معالجة مشاكلهم والبعد عن المصادمات،

وعدم تعقيد الأمور، والحرص على مشاعر كل منهما.

* الحرص على مشاعر كل منهما، وتبادل الكلمات الرقيقة والحانية التي من شأنها أن توطد أواصر الحب والسعادة بينهما.

(٥) وأخيراً.. الوصايا العشر للمتزوجين:

١- اعتصما دائمًا بحبال الدين والفضيلة.

٢- لا تتقابلا إلا وأنتما مبتسمان.

٣- لا تسمحا لهفوة أن تمر دون الصفح عنها.

٤- تذكرا لحظات الحب الأولى.

٥- لو تشدد أحدكما في أمر فليتساهل الآخر.

٦- لا تغضبا معًا في وقت واحد.

٧- لا تذكرا سيئة مضت ولا تندما على ما مضى.

٨- لتكن غاية كل منكما راحة شريكه.

٩- لا تجعلا نهاركما يمر على جفاء بينكما.

١٠- لا يكرر أحدكما طلبًا لم يجب لأول مرة.

* * *

الفصل العاشر

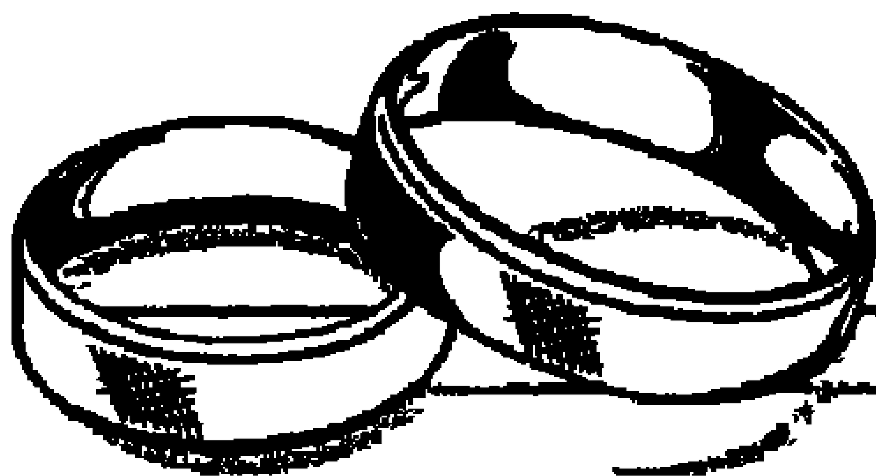
الزواج الناجح وأثره على الأبناء

المقدمة

(١) الأسرة بوضعها الحالي.

(٢) دور الوالدين لتوفير السعادة والنجاح في الحياة للأبناء.

(٣) الوصايا العشر للوالدين لتحقيق السعادة والنجاح في الحياة للأبناء.



الفصل العاشر

الزواج الناجح وأثره على الأبناء

******

المقدمة:

تؤدي البنية العائلية دوراً هامًا في توجيه سلوك الطفل ومساعدته على أن ينظم دوافعه الوجدانية، وعلى أن يكتسب العادات الحميدة التي تغذي الخلق.

ومن أهم هذه العادات: ضبط النفس، والخضوع للنظام. وغني عن القول أن النظام الذي يفرض على الطفل لابد أن يكون مشبعًا بروح الانصاف والعطف، والتعاون، كما أنه من واجب الوالدين أن يحاولا دائمًا أن يفهما الطفل بقدر المستطاع ضرورة الخضوع للنظام، والقيم الأخلاقية والسلوكية والعادات الصحية الحسنة.

(١) الأسرة بوضعها الحالي:

البيئة الأولى للإنسان الفرد، البيئة التي تمده بالمحفزات في كفاحه الدءوب نحو التكيف، أو تقيم المعوقات دون ذلك الكفاح.

لذلك، فإنه من البديهي أن تحقيق النضج الانفعالي أي الوصول إلى صحة النفس لا يمكن أن يتم إلا من خلال طفولة نعمت بالحب، والحنان، والقدوة الطيبة، والطمأنينة. فإنه لن يستطيع أحد غير الوالدين تزويد الطفل بذلك الغذاء الوجداني الذي لا غنى عنه لصحة النفس والنجاح في الحياة.

وبذلك فإن الأطفال الذين يتوفر لهم المناخ الأسري الصحي:

سوف يساعدهم على أن يشبوا رجالاً أو نساءً سعداء في علاقاتهم الأسرية والاجتماعية، أكفاء في عملهم، أصحاء نفسيًا وجسميًا، ثم يصبحون قادرين لمقابلة عالم الواقع بمسئولياته وأفراحه وأتراحه ومتاعبه دون التعرض للخوف والقلق وضعف الثقة بالنفس.

ودون التوتر النفسي والتعاسة التي تؤثر تأثيرًا سيئًا على صحتهم النفسية.

تنشئتهم على الترغيب والنجاح، والسعي له دون استهتار أو غرور، وعدم تبرم بالفشل المؤقت. واعتبار التجربة الفاشلة خبرة تربوية ممهدة للنجاح.

ولن يستطيع توفير هذا المناخ الصحي للتنشئة النفسية للأبناء إلا من خلال الفهم الواعي بين الوالدين لحاجات الطفل والعوامل التي تؤدي إلى استقراره وتدعيم شعوره بالقبول، والثقة بالنفس حتى يمكنه الاطمئنان إلى هذا العالم الكبير ما حوله وتحمل مسئوليات الحياة فيه بكفاح ونجاح.

(٢) دور الوالدين لتوفير السعادة والنجاح في الحياة للأبناء:

ولكي نستطيع توفير السعادة والنجاح في الحياة للأبناء، أي طفل اليوم، وطفل الغد، ينبغي أن نشبع احتياجاته النفسية، ونساعده على أساس من الرغبة الصادقة والرعاية الرشيدة لحاجات الطفولة.

وفيما يلي أهم العوامل تساعد على تحقيقها:

١- الصحة الجيدة:

العقل السليم في الجسم السليم، والطفل صحيح البنية الممتلئ حيوية ونشاط يستطيع أن يواجه المشكلات اليومية ويحلها بسهولة، ويستطيع أن يقاوم القلق

والمخاوف أكثر من الطفل المعتل الصحة. . كما أنه سيتمكن من أداء الواجبات المطلوبة منه في سهولة، فيشعر بقدرته، وبثقة في نفسه وبالتالي يشعر بالطمأنينة.

أما ضعف الحيوية:

يؤثر على ثقة الطفل بنفسه وذلك لعدم قدرته على عمل ما مطلوب منه، وهو يجد صعوبته في التوافق ويشعر أن الدنيا صعبة، ويمكن مساعدة هذا الطفل لو عرفنا سبب هذا الضعف.

فقد يكون سوء التغذية، وفقدان الشهية أو تسوس الأسنان أو التهاب اللوز وكلها عوامل لا تبدو في شكل مرضي يقعد الطفل، ولكنها تضعف من حيويته، فلا يستطيع أن يجاري زملاؤه في اللعب، ولا يستطيع أن يؤدي واجباته كاملة، فإذا عالجنا السبب وأعطى الطفل المقويات والفيتامينات زال عنه الضعف، واكتسب حيوية تساعده على التوافق ويشعر بالسعادة والرضى والنجاح في الحياة ويقبل عليها في طمأنينة وأمل.

٢- علاقة الأم بالطفل:

يعتبر حب الأم للطفل وعلاقتها به حجر الأساس في توفير السعادة والصحة النفسية للطفل. فالرضاعة من الأم والرعاية الكاملة لحاجات الطفل الأولية في السنوات الأولى تعطي الطفل بداية حسنة وطيبة في الحياة، ويعطيه شعوراً بالأمن والاطمئنان وتمهد له السبيل إلى الثقة بالنفس، والتعرف على ذاتيته وتحقيق الشعور بالانتماء والطمأنينة، وهي الأسس التي يرى الطب النفسي ضرورة توافرها لكي ينعم المرء بصحة نفسية ونجاح في الحياة، وتهيئ له فيما بعد سبل تنمية ما لديه من قدرات، والتوفيق فيما سيقوم به من مهام، والتعرف على السعادة وممارستها كخبرة حين تشبع في حياته الهدوء وتعينه على الاستمتاع إذا لقى النجاح وتعصمه من الانهيار، إذا صادفه الفشل.

٢- علاقة الأب بالطفل:

الدور الذي يستطيع الأب القيام به في تنشئة أبنائه دور عظيم الأثر من ناحية إحساس أبنائه بالأمن والطمأنينة، فلو قام كل أب بواجبه في هذه الناحية على النحو الذي ينبغي، لكان لنا أن نرجو أن يجيء عالم اليوم خيراً أكثر من الأعوام السابقة، وأن يتحرر أبناء الغد من كثير مما يشعر به أبناء اليوم من: الأنانية، والغيرة، والقسوة، والشعور بالنقص وعدم الاكتراث، والشعور بالخطيئة والإثم، والقلق، والخوف، والاكتئاب، وغيرها من النزعات السيئة التي تغزو النفس مع ما يلقى الطفل من أحداث كل يوم، والتي تمهد لهزيمة صاحبها في الحياة، وتؤدي إلى تقويض شعوره بالسعادة والأمن.

إذ إن بيد الأب:

لو أحسن القيام بدوره أن يفجر ما بنفسية الصغير من ينابيع الخير والشجاعة، والحماس، والنجاح والسعادة في الحياة.

مقومات الأبوة الحكيمة في تحقيق السعادة والنجاح في الحياة للأبناء:

* عليه أن يشعر الصغير بحبه له، وعنايته به منذ وقت مبكر من حياته.
* عليه أن يهيئ نفسه للأبوة وتضحيات الأبوة.
* عليه أن يقضي مع أبنائه بعض الوقت يوميًا.
* عليه أن يعمل على أن يسود جو الأسرة الوفاق والهدوء.
* على الأب أن يعمل على كسب ثقة أبنائه وبناته ومودتهم.
* عليه مشاركة الأم في تنشئة الأبناء.
* على الأب توفير السعادة للأم.

* على الأب أن يقف مع الطفل موقفًا فيه الحزم أحيانًا.

* على الأب تشجيع أبنائه وتقديرهم.

* على الأب تجنب الفقد اللاذع والتفرقة في المعاملة بين الأبناء.

* على الأب ضرورة عدم نقل هموم العمل إلى المنزل.

* على الأب تجنب معاملة أبنائه على أساس الأمر والنهي.

* على الأب أن يساعد على حصر أي خلاف في الأسرة في أضيق نطاق مستطاع. كما يعلم الصغار كيف يمكن أن يختلف الإنسان مع غيره في الرأي ثم يبقى على احترامه إياه.

* على الأب أن ينشئ ابنه على احترام الغير وحقوقهم ومعتقداتهم.

٤- العلاقات الأسرية السليمة:

* إن الجو العائلي الهانئ الذي تسوده روح المحبة والتفاهم والتعاون بين الوالدين وجميع الأفراد يعطي الطفل شعوراً بالاطمئنان، والثقة بالنفس، وتحميه من القلق والاضطراب النفسي، ولا سيما حين تكون العلاقة بين الأبوين (في حالة الزواج الناجح) في حالة وفاق ومبنية على الاحترام المتبادل والتعاون على مشكلات الحياة حيث يضع كل منهما الآخر في اعتباره دائمًا. . ويكون لكل فرد من أفراد الأسرة قيمته واعتباره بدون تفضل أحدهما عن الآخر، فالكبير يعطف على الصغير ويساعده، والصغير يحترم الكبير ويستشيره في جو من الود والتفاهم.

* أما إذا اضطربت العلاقات الأسرية، فالخلاف المستمر بين الزوجين يؤدي إلى شعور الأطفال بالقلق وعدم الأمن، وتوقع الانفصال وتحطيم الأسرة وتشريد الأطفال.

* وتفضيل لأحد الأخوة لكونه الأكبر أو الأصغر أو الأجمل أو الأهدأ أو تفضل البنين على البنات أو العكس، يؤدي إلى ظهور الغيرة بين الأخوة.

* وكذلك انحراف أحد الأخوة، أو اضطرابه، قد يعكر صفو الأخوة ويسبب اضطرابًا كبيراً بين أفرادها.

مما سبق: نرى أن للبيئة العائلية دوراً هامًا في توجيه سلوك الطفل ومساعدته على أن ينظم دوافعه الوجدانية، وعلى أن يكتسب العادات الحميدة التي تقوي الخلق.

ومن أهم هذه العادات: ضبط النفس، وحب النظام والتعاون، وحب الغير.. فالأسرة هي البنية الأولى للإنسان التي تمده بالحوافز في كفاحه الدءوب نحو التكيف أو تقيم المعوقات دون ذلك الكفاح.

لذلك:

فإنه من البديهي أن تحقيق النضج الانفعالي، أي الوصول إلى صحة النفس لا يمكن أن يتم إلا من خلال طفولة منحت الحب والحنان، والقدوة الطيبة والطمأنينة.

وإنه لا يستطيع أحد غير الوالدين تزويد الطفل بذلك الغذاء الوجداني الذي لا غنى عنه بصحة النفس والسعادة في الحياة.

٥- القدوة الحسنة:

ينبغي أن يكون سلوك الوالدين القدوة الطيبة للأبناء، فإن لهذا أكبر الأثر في طبع الروح الأسرية بطابع خاص.. هو الذي يمتصه الطفل ثم ينعكس على سلوكه في مرحلة الطفولة حاليًا ومستقبلاً.. فعليهما:

١ - أن يقيما علاقتهما على أساس المحبة والاحترام المتبادل.

٢ - يتبعا معاملة ثابتة مع أبنائهما تجمع بين العطف والحزم.

٣ - يعطيا الطفل فرصة الحرية مع إطار الضبط والنظام فتربي به الثقة بالنفس والاعتماد عليها.

٤ - ينميا فيه احترام حريات الآخرين ومشاعرهم.

٥ - ينميا فيه القدرة على ضبط النفس، وحسن التعامل مع الغير.

٦ - على الوالدين تجنب الألفاظ الخارجة والخشونة في المعاملة.

٦- تحقيق الحب المتبادل بين أفراد الأسرة:

إن أهم دور للوالدين أن يمنحا الحب لبعضهما ولأبنائهما لأن المحبة هي أهم سمة للأسرة المتماسكة، وإذا انتفت أصبحت الأسرة بلا معنى، ومفككة.

إن المحبة التي تملك قلوب أعضاء الأسرة تعطي المعنى وتشرح الهدف من الحياة الروحية القوية، والمحبة القائمة بين الأزواج والزوجات وبين الآباء والأبناء هي وحدها التي ستدوم وتستمر مع الأبناء مدى الحياة.

فالطفل بالذات له قيمة كبرى في الأسرة المتماسكة المتدينة، لأن فيه تلتقي مشاعر المحبة المتدفقة من كلا الوالدين، وكأن الابن هو ملتقى مصب نهر الأبوة الخالدة، ونهر الأمومة الحانية العطوفة الأبدي، إنه ثمرة الحب المتبادل بين الزوجين، الحب الذي يمتد، فيشمل جوانب حياتهما الجسدية والوجدانية.

٧- إشباع الحاجات النفسية للأبناء:

لتوفير النمو النفسي السليم للأبناء ينبغي إشباع الحاجات النفسية للأبناء في مراحل العمر المختلفة بطرق سوية وهي الحاجة إلى:

الأمن، والعطف، والتقدير، والحب، والحرية، والنجاح، والضبط،

ولإشباع هذه الحاجات تأثير واضح في النمو النفسي للأبناء، وتجنبهم الشعور بالخوف أو الغضب أو الفشل، وتساعدهم على تحقيق السعادة والنجاح في الحياة.

٨- غرس القيم الدينية في الأبناء:

عندما ينشأ الطفل في أسرة متدينة فإنه يتشرب الدين في مذاق الحب ويشبع بروح الوقار، والقداسة، ويمتلئ من مخافة الله وحبه، ويترسخ فيه الإيمان بوجود الله الحي، ويتفتح وجدانه نحو حب الإله، ويشعر بالاطمئنان في كل ما يعمل حيث إنه يشعر أن الله بجانبه.

ولتأدية العبادات، فائدة كبيرة للأبناء حيث إنها تعطيه شعوراً بأنه ينتمي إلى جماعة كبيرة تشترك معه في التفكير، والعقيدة في تأدية العبادات بالطريقة نفسها، هذا الشعور بالانتماء إلى الجماعة ينمي الشعور بالأمن والاستقرار.

ولذلك، ينبغي أن يشجع الأبناء على الاحتفاظ بروح الدين وأهدافه، والتمسك بالقيم الأخلاقية، والسلوك السليم الذي يهدف لصالح المجموع، وحماية حقوق الأفراد من عدوانهم على بعض.

وليس من المستحب أن يكون الاتجاه الديني ضيق الأفق، بل يجب أن نخفف من أهمية التمسك بحرفية الدين.

٩- التمسك بالسمات الدينية الأصيلة بالأسرة:

(١) الحشمة والطهارة، والعفة، والوقار:

ينبغي أن تكون هذه المبادئ أسس قوية يقدسها الأبناء منذ نعومة أظافرهم، ويتطبعون بها، إلى حد أن مغريات العالم وإثاراته الشهوانية لا تستطيع أن تخرج منهم هذه العفة الأصيلة وذلك الوقار العظيم.

(٢) الوطنية وعدم التعصب:

الأسرة المتماسكة تشجع أبنائها منذ صغرهم على الاشتراك مع مواطنين مختلفين عنهم في الديانة، والمذهب، والعقيدة على مستوى الوطنية، وخدمة البلاد وتأسيس دولة يسودها الوعي الوطني، والأخاء بين المواطنين، وتقديس المصلحة الوطنية فوق كل اعتبار.

أما الانعزالية، والتقوقع، والتعصب، فهذه دلالة على وجود روح الطائفية التي يلزم إبادتها في الجو المنزلي المتماسك.

ويستطيع الوالدان أن يساعدا ابنهما على مواجهة أي تحيز أو جفاء يبديه زميل له في المدرسة مختلفًا عنه دينيًا أو مذهبيًا، ذلك:

- أن يقدم الابن روح المودة لا عن ضعف وجبن بل عن قوة وإيمان.

وعلى الوالدين:

أن يرشدوا أبنائهم على كيفية الحياة بصفاء روحي، ونقاء اجتماعي خارجي بإيمان داخلي في القلب ووعي وطني مستند إلى خدمة الوطن.

١٠- العدالة في المعاملة:

إن أفراد الأسرة إذا ما لقوا معاملة متناسقة، غير مشفوعة بالظلم فإنهم يسلكون في خط واحد، ولا تشوب علاقاتهم أي فرقة أو كراهية.

والعدالة معناها أن يلقى كل شخص الجزاء الذي يناسب سنه، ومكانته في الأسرة، وهذه العدالة يجب اتباعها من الأسرة حتى يتسنى إحداث التغيير المطلوب في أفراد الأسرة.

وذلك بأن تكون العدالة بين أفرادها متناسبة، فقد يكون بين الأبناء من هو

سريع الاستثارة فيتجب، معاملته بطريقة معينة تتماشى مع حالته، وكذلك تختلف معاملة الأطفال في الأسرة عن معاملة المراهقين بها.

١١- الاختلاط بالمجتمع والأطفال الآخرين:

الاختلاط يساعد الطفل على النمو السليم والتعاون ويشعر بأنه ينتمي إلى مجموعة كبيرة تحميه وقت الحاجة، وفي ذلك شعور بالأمن والاطمئنان، كما أن اختلاط الطفل بالآخرين يحميه من الانسياق في الخيال والانحراف في التفكير.

أما حرمان الطفل من المؤثرات الخارجية والاجتماعية، والاختلاط بالأطفال الآخرين، فيعوق نموه الاجتماعي، فينشأ منطويًا، أنانيًا، لا يستطيع التعاون مع الآخرين ويشعر بالقلق وعدم الاطمئنان لعزلته عن إخوانه.

لذلك:

على الآباء والأمهات إذا وجدوا في أحد أبنائهم أية أعراض ولو بسيطة للاضطراب النفسي أو الإحساس بالنقص وعدم الثقة بالنفس، عليهم أن يشجعوه على الالتحاق بالنوادي العامة أو الخاصة حيث يجد عددًا كبيرًا من أبناء جيله فيعرفهم ويعرفونه، ويصادقهم ويصادقونه، الأمر الذي يمنح الثقة بالنفس وعدم الإحساس بالنقص، ويكتسب من صداقتهم له الشعور بوجوده وإنسانيته.

١٢- تجنب تمييز ابن على آخر أو تفضيل الولد على البنت أو العكس:

فإن لهذا التمييز آثار سيئة من الناحية النفسية بعيدة المدى في إصابة الأبناء بالغيرة التي تتحول مع الوقت إلى شعور بالعدوان والرغبة في الانتقام، والتعويض عن العطف المفقود بوسائل شاذة.

١٣- تدريب الأبناء على احترام القيم الأخلاقية والروحية:

إن المجتمع المصري يحتاج إلى الوعي والمعرفة والتوجيه إلى وسائل التربية السليمة للأبناء، حيث إن معظم الآباء والأمهات لا يبذلون جهداً مقصوداً في توجيه أطفالهم، فكثيراً ما يشجع فيهم الصفات غير المرغوب فيها بإهمالهم تهيئة الجو المناسب للتربية السليمة السوية، مما يعطل إعدادهم إعداداً صالحًا للحياة المستقبلة في المجتمع.

فالمجتمع لكي يكون سليمًا متجانسًا يجب أن يقوم على صفات أساسية مثل: التعاون، وتبادل الثقة بين الأفراد، والاعتماد على النفس، والمعاملة الصريحة المستقيمة.

فإذا لم يدرب الابن على هذه الصفات في الأسرة، عجز عن ممارستها في حياته الاجتماعية بعد ذلك، مما يؤدي إلى تفكك المجتمع وعدم وصوله إلى الرقي المطلوب.

١٤- تجنب التدخل في كل كبيرة وصغيرة:

تخطئ كثير من الأمهات والآباء بتدخلهم في كل صغيرة وكبيرة في حياة أبناءهم، وبمحاولة تقييد تصرفاتهم بإرادة وبدون إرادة، وقد يلجأون في سبيل ذلك إلى وسائل العقاب، والعنف، والقهر، مما يترتب عليه كبت حرية الابن وإشعاره بالحرمان، فيصاب بالتردد، والجبن، والخوف، ويفشل في تكوين النظرة الصائبة في الأمور.

١٥- الجزاء والعقاب بطرق سليمة:

إن اتباع الجزاء والعقاب منذ الصغر بطرق سليمة يؤدي إلى تعريف الابن بالخطأ والصواب بشرط أن يخلو العقاب من روح الانتقام والعنف، وأن يخلو

الثواب أيضًا من مكافأة الابن على ما يجب أن يقوم به من أعمال أو يؤدي من واجبات، حتى لا ينتظر المكافأة على كل ما يعمل مما يجعله أنانيًا ضعيف الشخصية، لا ينظر إلى الأمور نظرة طبيعية.

وكلما تحول الثواب من المستوى المادي إلى المستوى المعنوي أو النفسي، كان ذلك أدعى إلى نمو الطفل نموًا سليمًا، وإتباعه السلوك المرغوب فيه بطريق أفضل.

وكذلك يجب ألا يعاقب الطفل على خطأ واحد أكثر من مرة، وألا يعود الوالدان إلى معايرة الطفل بهذا الخطأ بعد ذلك.

الخلاصة

(٣) الوصايا العشر للوالدين لتحقيق السعادة والنجاح في الحياة للأبناء:

١- لا تسرفوا في توبيخ أبناءكم بقصد إشعارهم بالخطأ وخاصة أمام الضيوف.

٢- تعلموا ضبط الأعصاب وعدم الثورة لتحققوا الجو الهادئ في الأسرة.

٣- أيًا كان السبب فلا تتشاجروا أبدًا مع بعض في وجود الأبناء، فتصفية الحساب بين الزوج والزوجة عملية يجب أن تتم بعيدًا عن الأبناء والخدم.

٤- يجب أن تهتموا بحالة أبناءكم النفسية والجسدية وميولهم، وألا تعاملوا صغاركم على أنهم راشدين.

٥- لا يجوز مطلقًا أن تشغلكم أعمالكم عن رعاية أبناءكم. خصصوا لهم جزءًا كافيًا من أوقاتكم لتجلسوا إليهم وتبادلونهم الحديث في شئونهم.

٦- لا تكلفوا أبناءكم بعمل يعتبر فوق طاقتهم، أو يتعذر عليهم أداؤه.

٧- لا يجوز للأم أن تسرف في رعاية صغارها، وتهمل رعاية زوجها.

٨- تجنبوا عقاب أبناءكم بالضرب، بل يكون بالحوار إذا أخطأوا.

٩- اجعلوا هدفكم في الحيـاة أن تحققوا لأبنائكم ما عجـزتم أنتم أن تحققوه لأنفسكم في ماضيكم، إذا كان لديهم الاستعداد النفسي لذلك.

١٠- قومـوا كآباء وأمهات من وقت لآخـر بعملية جـرد سريعة كمـا يفعل التاجر تستعرضون فيها الحالة الصحية والنفسية لكل ابن وابنة، وحالتهم في المدرسة وارتباطهم بالله.

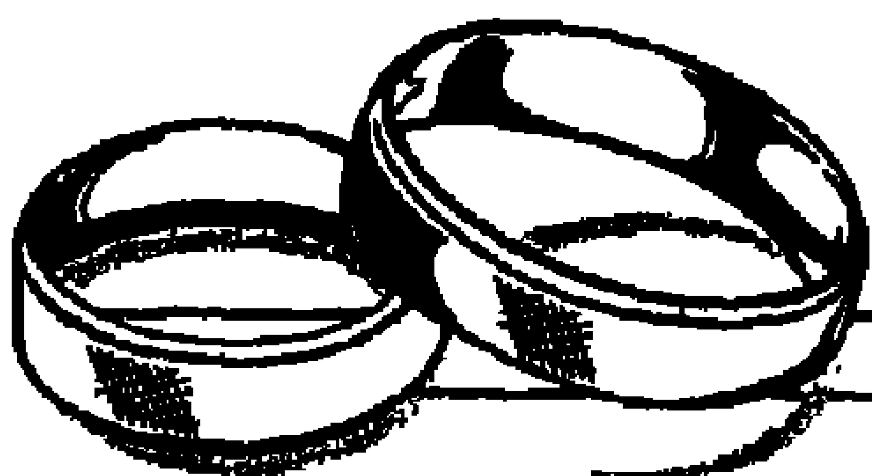
***

الفصل الحادي عشر

العوامل التي تهدد
السعادة الزوجية

المقدمة

أهم العوامل التي تهدد الحياة الزوجية وكيفية التغلب عليها.



الفصل الحادي عشر

العوامل التي تهدد السعادة الزوجية

******

المقدمة:

هناك عوامل تهدد السعادة الزوجية، ولكن الأزواج والزوجات الذين يرغبون بإخلاص ألا تتحطم حياتهم الزوجية فوق صخور الاختلاف الزوجي يمكنهم التغلب عليها.

وفيما يلي أهم هذه العوامل وكيفية التغلب عليها:

(١) إدمان الخمر والمخدرات والميسر:

الخمر والمخدرات والميسر تؤدي إلى جفاف الحب وموته.

فالمرأة المتزوجة من رجل سكير مدمن، أو الرجل المتزوج من امرأة تدمن الخمر، يعيش كلاهما حياته كما لو كان يصعد جبلاً باستمرار، ويفقد المعركة تلو الأخرى في محاولة التمسك بحبه للآخر.

والغالبية الكبرى من الحالات لا يعرف الشريك البريء عادة بأي شيء عن وجود مثل هذه الحالة، أو أن الإدمان قد لا يظهر إلا بعد الزواج.

وهذا يمثل مشكلة مأساوية حقيقية لأنه ليس هناك ما يمكن عمله أكثر من إتاحة الرعاية الروحية والطبية النفسية للشخص المصاب.

(٢) استشارة الأقارب والغرباء:

الاعتماد الزائد انفعاليًا أو اقتصاديًا على أسرة أحد الزوجين من أكثر الأسباب الشائعة التي تهدد السعادة الزوجية. فكثيراً ما يعتمد الزوج أو الزوجة على الأم أو الأب أو بعض الأقارب للاسترشاد أو المساندة. وليس أسوأ من ذلك من حيث التأثير النفسي، لأنه من الوجهة العملية يكون بمثابة عدم الثقة في الطرف الآخر، الأمر الذي يدعو إلى الاتجاه إلى إنسان آخر طلبًا للمساعدة.

وبطبيعة الحال سوف يؤدي هذا بالشريك الآخر إلى مزيد من الضيق.

ولسوء الحظ فإن أغلب العائلات تتوق في هذه المناسبات إلى التقدم بالعديد من الاقتراحات والأفكار والتعقيبات مما يؤدي إلى تفاقم الشقاق والمناقشة، فضلاً عن العراك المستمر إذا كان كل ما يقال يلقى أذنا صاغية ويؤخذ مأخذ الجد.

إن الأقارب الذين يستخدمون نفوذهم ليتدخلوا ويحطموا الزواج هم في الواقع غرباء، لذلك ينبغي تجنب استشارة الأقارب والغرباء.

وحبذا الاكتفاء باستشارة الطبيب النفسي، والصلاة، وترك الموضوع لفترة حتى تهدأ الخواطر.

(٣) الإكثار من الأحاديث غير السارة:

الجدل يستلزم وجود طرفين - فإذا لم يستطع المناقشة مع الطرف الآخر وهو مسيطر تمامًا على أعصابه، فليتجنب التحدث عن أي علاقات لأنها تكون عادة قليلة الأهمية، أو فلننتظر على الأقل حتى تهدأ ثائرته، أو حتى يدرب نفسه على التحدث بهدوء وبدون استخدام الألفاظ النابية العنيفة إذ يجب أن يتعلم التمييز بين الجدل العقيم والمناقشة السليمة.

ويقول القديس بولس الرسول: «المباحثات الغبية والسخفية اجتنبها - حالما أنها تولد خصومات، وعبد الرب لا يجب أن يخاصم».

ويقول الحكيم: «الجواب اللين يصرف الغضب».

(٤) كثرة الشكوى بسبب وبدون سبب:

يعترض الشخص العادي غالبًا على الأشخاص الذين يدأبون على البحث عن الأخطاء. والذين يشكون ويتألمون دائمًا من أقل معاناة. ولا يفتأون يترددون على الأطباء، ويتذمرون من عملهم ومسئولياتهم العائلية حتى ولو كانت هذه من سمات الطرف الآخر، ومن جانب آخر:

فالأشخاص العاديون: هم الذين يرسمون خططهم بهدوء، ويصلحون المواقف التي تسبب لهم الضيق والانزعاج.

لذلك:

من الأصلح أن نفعل شيئًا لإصلاح الخلل بدلاً من التذمر والتزام الجمود.

ولعل في توافر روح الشكر والقناعة التي نعمت بها الحياة الروحية خير حل لهذه المشكلات بالذات.

(٥) الاختلاط بالآخرين بدون حدود:

الاختلاط بالجميع، بالأهل والأصدقاء. والصديقات والجيران، والزيارات واللقاءات دائمًا ينبغي أن تكون ثنائية أي أن يكون الزوجان دائمًا معًا فيها، سواء في البيوت أو النوادي. على الأقل لاتقاء شر ألسنة الناس.

وينبغي ألا تذاع فيها الأسرار، ومن كتم سرًا سلم وأمن وتحصن ضد غدر المستقبل، ونوع خاص من الأسرار ينبغي الاحتفاظ به بين الزوجين فقط - ألا وهو أسرار العلاقات الجنسية بينهما، وإلا فهما بإذاعتها يهبطان إلى مستوى الغريزة

البهيمية الرخيصة، وينتهكان سراً من أقدس المقدسات في علاقتهما الزوجية وإذا سمحا لنفسيهما بالحديث فيها فمع المختصين فقط سواء على المستوى الروحي أو الطبي.

(٦) الإسراف في الإنفاق دون تقدير للموارد:

يلعب العامل الاقتصادي دوراً هامًا في السعادة الزوجية للزوجين، وفي صميم العلاقات الزوجية.

* فالزوج قد يتهم الزوجة بالإسراف وسوء التصرف في إدارة المنزل.
* والزوجة قد تأخذ على زوجها أن لا يحسن الإنفاق.
* وبذلك قد يشعر أحد الطرفين أن الآخر يهضم حقه أو يسيء معاملته.

والفقر عامل هدم قوي التصميم في كيان الأسرة.

وقد يؤدي إسراف الزوجة أو الزوج إلى الاستدانة.

لذلك:

ينبغي تجنب الديون والأقساط، والاقتراض من البنوك أو الرهونات، وحبذا أن تبدأ الحياة الزوجية بدون معاناة من ديون متراكمة، والتضحية بالمظاهر هنا واجبة. ومن أمثالنا الشعبية الحلوة: «على قد لحافك مد رجليك».

(٧) الاعتراف بالأسرار المتعلقة بالماضي:

حذار أن يعترف أحد الزوجين للآخر بماضيه، ويكشف أسراره إن كان له ماض، وحذار أن يسأل أي من الطرفين الآخر عن ماضيه أو يهتم بهذه النقطة، ليكن هذا قبل الخطبة، أي في أول الطريق.

أما بعد الزواج، فلا موضع له، لا مكان على الإطلاق. وليلق كل منهما بماضيه إلى الوراء عملاً بقول القديس بولس: «الأشياء العتيقة قد مضت هو ذا

الكل قد صار جديدًا». وليكتم أسراره فهو لم يكن قبل الخطبة مسئولاً أمام الطرف الآخر.

ومهما غفر له الآخر فربما تشتعل في نفسه نار غيرة تبقى كامنة تحت التراب تتزعزع ثقته فيه بغير داع من وقت لآخر.

(٨) الرغبة في امتلاك الشخص لشريكه:

الزواج شركة يساهم فيها كل من الزوجين بنصف المال، وهذه الشركة تستلزم التعاون وليس السعي إلى قهر الآخر أو التفوق عليه. والمرء لا يستطيع أن يشكل الشريك الآخر تبعًا لطبيعته في أي أو كل شيء. فإن كلا من الشريكين لا يزال فردًا حرًا في تفكيره، ومن حقه أن يحتفظ بحقوق معينة باعتباره فردًا له سماته.

إن حب الملكية في الزواج حب غير طبيعي.

أما الحب الحقيقي فهو حب الشخص الآخر والحرص على تحقيق رغباته، واحترام عاداته.

والسعي في إيجابية إلى تهيئة الجو للمواقف التي يحبها ويسعد بوجوده فيها: كقضاء بعض الوقت مع أصدقائه القدامى، أو إقباله على قراءات معينة أو صنف معين من الطعام.

(٩) الاعتماد على الطرف الآخر كعامل وحيد في تحقيق السعادة:

يجب أن يبني كل من الشريكين في نفسه دواعي اهتمامات خارجية كافية، بحيث يمكن أن يجعل حياته الزوجية موفقة.

وبمعنى أوضح: أن تكون لكل هواياته المفضلة التي يشرك فيها زميله، فيضفي السعادة والمزيد من الحب على علاقتهما المشتركة.

ومن أمثلة هذه الهـوايات: مطالعة الصحف والمجلات والكتب، الاسـتماع إلى الموسيقى، الرياضة بأنواعها، الانضـمام إلى النوادي، أو تلقي منهجًا في قسم الخدمة العامة بإحدى الجامعات. . وهكذا.

وباختصار ينبغي أن تكون حياتهم دينامية، فيها الجد، وفيها اللعب.

فإن الأشخاص غـير السعداء في حياتهم الزوجـية هم الكسالى أو الذين لا هواية لهم. وهؤلاء يجـدون دائمًا عذراً يتـعللون به عن شقائهم، وأغـلبهم يعلل ذلك بأنه من الممكن أن تتغير حياته كلها لو أنه تزوج شريكًا آخر.

فعلى هؤلاء الأزواج أو الزوجات:

- أن يغيروا أنفسهم أولاً قبل أن يتوقعوا حدوث تغير في شركائهم.
- عليهم أن يكتشفوا أنفسهم ونواحي القوة والحدة فيها.
- وعلى الشريك الآخر معاونة شريكه على هذا الكشف.

فكثيراً ما أدى ذلك إلى تعاون الطرفين.

(١٠) الاختلاف في العادات:

قد يكـتشف أحد الشـريكين في الآخر الإهمـال: في المظهر أو النظـافة في المنزل أو تدبير الحـياة المنزلية. فـيشعـر أنه قد أساء الاختـيار إذ هبط إلى مسـتوى اجتمـاعي أقل من مستواه مما يؤدي إلى: فـقدان الاحترام بالنسـبة للطرف الآخر، وسرعان ما تتفاقم هذه الاختلافات الصغيرة حتى ترتبط بمواقف أعمق مما قد يسبب الانهيار الزوجي.

لذلك: ينبغـي على كل منهما أن يتـعاونا كي يجـعلان البيت مكانًـا منظمًا هادئًا نظيفًا يشعـران فيه بالراحة النفسية، ويصير مـركزاً لنشاط الزوج أو الزوجة. ومكان لقاء للأنشطة المشتركة بين الزوجين. .

ولعل هذا ما يزيد من حب الزوج بالذات لبيته، وعدم فراره عنه إلى الملهى أو السهر خارجًا.

(١١) المبالغة في ارتباط أحد الزوجين بأسرته:

إن مجرد إبداء أي من الشريكين شعوراً بالاهتمام الشديد والتمسك المبالغ فيه بأسرته هو تحذير للشريك الآخر، لأن الراشدين الذين يعجزون عن قطع الروابط العائلية غير الصحبة يعتبرون غير ناجحين في زواجهم. فالفطام النفسي في مثل هذه الروابط أمر أساسي في نجاح حياة العروسين الجديدين بالذات.

حسنًا أن تبقى المحبة الوالدية أو المعنوية لكن بالأسلوب النفسي الصحي.

إن زواج أمثال هؤلاء الأشخاص غير الناضجين معناه أن المتاعب تقف دائمًا على عتبة الباب، وهي في حالة من الاستعداد لأن تطل برأسها في أية لحظة. وفي العادة يبدي هؤلاء الأشخاص رغبة جامحة في تملك الشريك الآخر، ويصبحون شديدي الغيرة عند أول بادرة تدل على تحول الحب عنهم.

(١٢) عدم الانسجام الجنسي بين الزوجين:

تدل الإحصائيات الحديثة على أن أغلب حوادث الطلاق ترجع إلى عدم الملاءمة الجنسية بين الزوجين، فليس هناك شخصًا يكون مهيئًا للزواج بدرجة كافية إلا إذا ألم بقدر معقول من المعلومات الجنسية.

فالفتاة التي تعتبر الشئون الجنسية أموراً شريرة، وتقلل من شأن الدور الذي يلعبه الانسجام الجنسي في الزواج، لا تصلح لأن تكون شريكة الحياة.

وبالتالي فإن من يقدم على الزواج منها إنما يقدم على مجازفة تبوء بالفشل. فالرجل الذي يكبت عاطفته الجنسية بشكل غير عادي، ويتصرف مع شريكته كما لو كانت أخته، غالبًا ما يكون زوجًا بغيضًا. ويصبح انعدام كفايته في الشئون الجنسية مصدر الكثير من الأحزان والمتاعب والمشكلات.

فالزوجان اللذان لا يستطيعان الوصول إلى حالة التآلف الجنسي هما عادة الزوجان اللذان يكثران من الاختلاف والتشاجر.

والزوجة الباردة جنسيًا تصعب معها الحياة الهانئة.

والزوج الذي يعاني من العجز الجنسي يصبح كثير الشكوى من اعتلال صحته وشعوره بالنقص.

وليس هناك عذر اليوم للشكوى من هذه النواحي فقد نشرت الكثير من الكتب تحتوي على معلومات جنسية مبسطة يستطيع كل فرد أن يستوعب محتوياتها.

كما أن أطباء الأمراض النفسية موجودون بوفرة، وعلى استعداد لمساعدة أي فرد لديه مشكلة جنسية شديدة وفي حاجة إلى علاج.

(١٣) الاضطراب النفسي قبل الزواج:

الأشخاص المضطربون نفسيًا يكونون شركاء زواج غير سويين ولكن كيف تشخص حالتهم؟ إن المرضى النفسيين يكثرون عادة من الشكوى.

فهم شديدو الاهتمام بصحتهم، وكثيراً ما يترددون على عيادات الأطباء للحصول على مختلف الأقراص المهدئة.

ومن الأعراض التي تظهر عليهم: عدم الشعور بالراحة أو بالاستقرار. أما الخاصية الأكثر ظهوراً فهي شقائهم المزمن، والإحساس بالاكتئاب، ونوبات من الهياج وعدم التكيف مع المحيطين، وبالتالي يسببون الشقاء لمن يحيطون بهم.

وليس من شك أنه يجب على الشخص غير السعيد أن يبادر بزيارة الطبيب النفسي لاستشارته قبل أن يجاذف بالإقدام على الزواج.

ومن الأصوب أن يتروى الانسان قبل أن يرتبط برباط الزوجية مع شريكه أو

شريك يبدو عليه: الانقباض، والانطواء، ويجد المتعة الشديدة في نقد كل إنسان وكل شيء. وقد يشكو من أمراض وهمية في أعماقه كي يستدر الإشفاق من المحيطين، ويجذب الاهتمام. بل وقد يبدي أحيانًا مزاجًا سيئًا بالالتجاء إلى بذيء القول، وجموح الغضب، وثورة الجدل.

والحقيقة أنها لمجازفة كبيرة، ومسئولية ثقيلة أن يتم الزواج من شخص من هذا الطراز.

ومن هنا تأتي أهمية فترة الخطبة:

فهي فترة الاختبار الذي يكشف مثل هذه الأحوال المرضية، وينبغي على كل من الخطيبين بالتأني، وعدم التسرع في إتمام الزواج قبل أن يقتنع كل طرف بأنه مقبل على رحلة سعيدة وموفقة.. رحلة الحياة كلها، بل رحلة المصير الزمني والأبدي.

* * *

الفصل الثاني عشر

الزواج الفاشل وأثره على الأبناء

المقدمة.

(١) جذور الفشل في الحياة الزوجية.

(٢) الأبناء والخلافات الزوجية.

(٣) تأثير الخلافات الزوجية على الأسرة.

(٤) تأثير صراع الوالدين على الأبناء.

(٥) فمن صالح الطرفين.



الفصل الثاني عشر

الزواج الفاشل وأثره على الأبناء

******

المقدمة:

ليس كل فشل في الحياة الزوجية ينتهي حتمـا بالانفصال أو الطلاق. لكن الفشل في معناه العام هو اختفاء الحب والسعادة من محيط الأسرة، وألا يكون هناك تفاهم بين الزوجين بحيث يمكن أن تفجر أي غلطة صغيرة أو سقطة بسيطة مشكلة كبيرة. . إن هذا الجو المتوتر داخل الأسرة يعني أن هذا الزواج مريض، وأن الزوجين قد فشلا في تحقيق جو من السعادة والاستقرار.

ومن المؤسف حقا أن الأبناء. . إذا كان للزوجين أبناء. . يعيشون هذا الجو ويتابعون كل يوم مباريات الشجار الساخن بين والديهم. . وغالبًا لا يدرك الآباء مدى تأثير هذا الجو التعس على تربية أبنائهم وتنشئتهم بعد ذلك.

وعادة لا يهتم الآباء بتأثير ذلك على أبنائهم، إن ما يهتمون به هو ذواتهم وأنانيتهم، وعندما يأخذ العناد والبغض بأبصارهم فهم لا يعودون يحفلون بما آل إليه حال أبنائهم.

(١) جذور الفشل في الحياة الزوجية:

تمتد جذور الفشل في الحياة الزوجية إلى:

١- سوء الاختيار:

هو السبب الرئيسي الذي يرجع إليه فشل الحياة الزوجية، ولهذا الاختيار السيء صور كثيرة:

* فقد لا يكون هناك ملائمة عاطفية بين الزوجين نتيجة لتعارض شخصيهما.

* قد يكون الزوجان أو أحدهما غير ناضج نفسيا.

* لا يكون بين الزوجين تكيف أو تعايش نتيجة أنهما عاشا في بيئة منزلية غير سوية أو كانت لهما طفولة شقية.

٢- زواج تحت ضغوط:

من صور الزواج الفاشل: هذا الذي يحدث إذا كان أحد الشريكين واقعًا تحت ضغط - خاصة الزوجة - لكي يكمل مشروع الزواج. وقديمًا كان هذا الضغط يرجع إلى الأهل الذين ينتخبون زوجًا أو زوجًا ويفرضون أيًا منهما فرضًا وربما قهراً على ابنتهم أو ابنهم.

وكان الأبناء يرضخون ثم يعيشون التعاسة.

وأخيراً، يكون الفشل نصيب هذه الزيجات حتى بدون انفصال أو طلاق. لكن مجرد أن يعيش الزوجان نهارهم وليلهم في شجار وتعاسة وألم فهذا يعني فشلاً حقيقيًا للزواج.

اليوم اختفت إلى حد كبير ظاهرة ضغوط الأهل، لكن ظهرت ضغوط من نوع جديد وهي أقوى وأشد قوة من ضغط الأهل. إن آلاف الفتيات والشباب تزوجوا تحت قهر الظروف الاقتصادية والاجتماعية الخانقة. وتحت هذه الضغوط قد لا يكون هناك وقت لحسن الاختيار أو قد لا يتوفر الاختيار أصلاً.

٣- استمرار الكراهية بين الزوجين:

من العوامل التي تؤدي إلى خلق الكراهية:

(١) كثرة الشجار والمشاحنات بين الزوجين، ورب كلمة جارحة أو فعل

مشين يحـرك كوامن من النفور والكـره تؤثر على جميع نواحي الحـياة الزوجية.

(٢) صفات أو خصال في الزوج سيئة:

فقد يكون سكيراً أو مقامراً أو سليط اللسان، يعامل زوجته بقسوة ويضربها، وفي بعض الأحـيان تـكره المرأة زوجهـا وتسـقطه من عـينيهـا إذا كـان ضعـيف الشخصية، وتشـعر من تصرفاته بصبيانية وعدم قدرة على تحـمل المسئولية، فالمرأة ترغب من رجلهـا أن يكون رجلاً بمعنى الكلمـة ينشر عليهـا أجنحتـه لحمايتـها، وتعرف له قدراً من المـهابة بين الناس. وقد تكره المرأة زوجهـا في بعض الأحيان: لقبح منظره، ودمامته، أو قصر قامته.

(٣) صفات أو خصال أو ظروف متعلقة بالزواج:

قد يضمـر الزوج كراهية لزوجتـه، ويجد في نفسه نفـوراً منها.. وهو في أحيان كثيرة لا يدرك سببًا، لكن الكراهية لزوجته يمكن أن تكون بسبب خارج عنها مثل:

- أحوال إجبار الرجل على الزواج من فتاة معينة بدافع ضغوط معينة. أو
- حين يكون الزوج مرّ بتجربة حب جارف مع فتـاة تمنى أن يعيش معها ما بقي له من عمـر، لكن الظروف غير مواتيـة، لم يوفق في الزواج منها، فإذا ما تزوج فإنه لا شعوريًا قد يكون نافـراً من زوجته، وقد يجد نفسه راغبًا على الدوام في قضاء معظم وقته خارج المنزل.

(٤) صفات أو خصال في الزوجة سيئة:

- تزوج الرجل من امرأة شرسة عصبية مـتسلطة، بذيئة دائمة الشجار يشعر بالاشمئزاز من معاشرتها.

- قد تجرح الزوجة شعور زوجها بكلمة أو لفتة سخرية لا تدري أنها تدمي كرامته، وقد يتصور هو أو تتصور هي أن الموضوع سوف ينسى بعد فترة وينتهي، لكنه لا يمضي إلا وقد ترك في النفس جرحًا غائرًا يؤثر سلبًا في المشاعر ويحركها في الاتجاه المضاد.
- هناك الزوجة الطموحة التي لا ترضى إلا بما يفوق إمكانيات زوجها فهي لا ترضى بسهولة، وعندما تجد زوجها عاجزًا عن تحقيق طموحها فإنها تجد نفسها غير مقبلة عليه، نافرة منه، رغم أنه يفعل ما يستطيع لإسعادها.
- غيرة الزوجة المدمرة للحياة الزوجية: حين يجد أن بعض الزوجات الأخريات قد نلن بعضًا مما تتمنى هي وتطمع فيه ولا يقدر زوجها للظروف المادية المحدودة على الوفاء به، الأمر الذي يؤدي في بعض الأحيان إلى:

يقدم بعض الأزواج على ارتكاب جرائم كالسرقة والنصب أو حتى القتل لتحقيق الطموح المرضي للزوجة التي تغيرت وأعلنت عن كراهيتها لزوجها العاجز.

وقد يزيد من إشعال هذه الكراهية للزوجة غيرتها من الزوجات الأخريات.

٥- زواج المصلحة:

إن أكثر الزيجات التي تتم بدوافع مادية اقتصادية تتحكم فيها المصالح المادية أو التي تتحكم في إتمامها الآباء نتيجة وعود قديمة، أو

تلك التي يكون فيها فارق السن بين الزوجين كبيرًا.. بصرف النظر عن العواطف أو المشاعر..

يلاحظ أن هناك نوعًا من الرفض أو الكراهية المقنعة قد تنشأ عن أحد الزوجين أو كليهما.. وهذه الكراهية لا تبدو غالبًا على السطح رغم أنها تحرك المشاعر ويجعل من علاقة الزوجين لحنًا كله نشاذ وفوضى.

زواج من أجل مصلحة شخصية:

هناك زيجات كثيرة تتم لأهداف أخرى بعيدة عن رغبة الزوجين في العيش معًا بدافع من الحب والاستقرار.. فكثيرًا ما يتزوج البعض من أجل مصلحة ذاتية.. وبعض البنات يتزوجن بدافع الهروب من قسوة الأب أو الظروف الأسرية السيئة التي يعشن فيها.

هذه الزيجات سريعًا ما تفشل لأن الحب ليس دافعها.. ومن غير الممكن أن يسعى كل طرف للعطاء أو يضحي من أجل الطرف الآخر.

ويؤدي سوء الاختيار إلى:

- احتدام أي نقاش يحدث بين الزوجين.
- وقد تكون الحياة الزوجية كلها عبارة عن سلسلة من الخلافات والمشاكل.

ولكن مع ذلك:

يمكن أن يستمر هذا الزواج، بل ويحقق قدرًا من السعادة، هذا يحدث عندما يكون لدى الزوجين الإصرار والنية الحسنة للتغلب على أي خلاف في السلوك أو الطبع.

ولكن إذا لم يبذل أي من الزوجين مجهودًا:

أو إذا لم تتوفر لديهما الإرادة على مواصلة رحلة الزواج، فإن هذا الزواج لابد أن ينهار، وهذا النوع من الزيجات يعرف «بالزيجات المستحيلة».

فالأمر لم يتوقف فقط على غياب الحب أو سوء الاعتبار، بل تجاوز ذلك إلى عدم الرغبة في إنقاذ صرح الزواج.

(٢) الأبناء والخلافات الزوجية:

أسباب الخلافات الزوجية:

١- تدخل الأهل والأقارب.

٢- عدم توافر الكفاية المادية.

٣- عدم التفاهم الكامل.

٤- تبادل الشكوك.

٥- النظرة إلى مستوى الآخرين بروح الغيرة، ومقارنتها بالأسرة.

٦- التمسك بالرأي في عناد وغير حكمة.

٧- عدم الاهتمام بالجانب الروحي.

٨- الغيرة العمياء.

٩- أنانية أحد الزوجين.

١٠- إدمان أحدهما للعادات غير السليمة.

١١- عدم توافر الاختيار السليم في فترة الخطبة.

١٢- تفضل أحد الطرفين لرأي أهله على رأي شريكه.

١٣- موضوع الإنجاب أو الخلاف على أسلوب تربية الأطفال.

(٣) تأثير الخلافات الزوجية على الأسرة:

الفشل في توفير الجو المستقر في الأسرة، يصبح جو البيت بعيداً عن السعادة غير مستقر، وأن حبل الخلافات لا ينقطع. هذا الجو الأسري يعد بمثابة أرض لا تنتج إلا أسوأ الثمار.

وتثبت جميع البحوث أن معظم الأطفال الذين يعانون من عقد نفسية، واضطرابات سلوكية، وأن معظم البالغين من الشباب الذين يقدمون على ارتكاب جرائم في حق أنفسهم وفي حق المجتمع هم جميعًا نشأوا في بيوت تكثر فيها الاحتكاكات والمشاكل الزوجية.

(٤) تأثير صراع الوالدين على الأبناء:

من أشد المواقف إيذاءً للأبناء. ذاك الذي يستخدمه كوسيلة في الخلاف الزوجي بين الوالدين إذا ما استعمل هذا الخلاف، واستعصى وأدى إلى انفصام حقيقي في العلاقة الزوجية.. ويزداد الخطر إذا حاول أحد الوالدين احتواء الأبناء لصالحه.

وقد يتحول الأبناء إلى ساحة صراع بين الوالدين:

١- فيتخذهم كل منهما سلاحًا في حربه الخفية أو المعلنة ضد الآخر، مما يحكم على الأبناء بالتمزق من جراء نزعتهم التلقائية إلى الإخلاص لهما معًا. فيعانون من الضياع بسبب عجزهم عن التوفيق بينهما الذين يشعرون بضرورة كل منهما لهم.

٢- ومن قبيل هذا الصراع يحاول أحد الأبوين أو كلاهما أن يجرح صورة الآخر في ذهن الأبناء، علمًا بأن الابن يحتاج إلى صورة والدين سليمين يرتاح إليهما ويثق بهما، كي يستطيع أن يبني شخصيته بشكل سوي.

٣- محاولة أحد الأبوين أو كل منهما استمالة الأبناء إليه عن طريق تحقيق كل رغباته والتغاضي عن كل أخطائه مما يؤدي إلى مساوئ التدليل المفرط، ويدفع بالأبناء إلى موقف ابتزاز عاطفي يلحق الضرر بسلامة نموهم.

٤- قد يكره أحد الأبوين في الأبناء صورة علاقة زوجية نكدة أصبحت مبعثًا لنقمته ونفوره، أو قد يكره فيهم ملامح جسدية أو معنوية يجعل شبهًا بينه وبين الطرف الآخر.

وفي كلتا الحالتين يتحمل الأبناء وزر ذلك التصوير الذي قد يتستر بشتى الذرائع، بما فيها الذرائع «التربوية» من اعتقاد:

«أخشى على ابني أن يصبح شبيهًا بوالده فيجاريه في عيوبه وأخطاءه».

الأمر الذي يؤدي إلى ضعف ثقة الابن بنفسه، وقد يقوده إلى الفشل أو الانحراف، وفي آخر المطاف إلى تحقيق تلك الصورة البشعة التي رسمت مسبقًا عنه.

٥- قد تطارد الأم في ابنتها الذكر، صورة الذكورة المرفوضة لديها من جراء علاقتها السيئة بزوجها.. وقد يطارد الأب في ابنته صورة الأنوثة التي أضحى ينفر منها نتيجة فشل علاقته بزوجته، مما من شأنه أن يلحق بالغ الأذى بنمو الابن السوي وفقًا لجنسه.

٦- قد يلجأ أحد الأبوين إلى التعويض عن فشل علاقته الزوجية وعن الحرمان العاطفي الذي يلحقه من جراء ذلك: يتركز حاجته العاطفية كلها على الأبناء أو على أحدهم، فيفرض عليهم من جراء ذلك دوراً ليس دورهم، دور بديل الزوج، ويلقي عليهم عبئًا لا طاقة لهم على احتماله، ويحيطهم بحب استيلائي، آسر، فيعرقل نموهم ويكبل انطلاقتهم، ويحكم عليهم بقصور وتبعية دائمين، ويهدد بفشل مستقبلهم الزوجي والمهني والاجتماعي.

٧- الموقف الاحتوائي التعويضي من الأبناء: تتعرض له الأمهات خاصة إذا فشلت حياتهم الزوجية، فيملن لا شعوريًا بتشبثهم المفرط بأولادهم، خاصة الذكور منهم، وبنوع خاص إذا كان الابن وحيدًا، دون قطع حبل السرة النفسي، الذي لابد من تلاشيه تدريجيًا بين الأم وابنها في الحالات الطبيعية، كي يستقل هذا الابن ويكتمل نموه، فيعود هذا الانحراف بالوبال على الأم وابنها معًا.

٨- تحكيم الأبناء في خلافات الآباء: إن أكبر جريمة يرتكبها أب أو أم في حق أبنائهما هي أن يحاولا تحكيمهم في خلافاتهما خاصة في مراحل عمرهم المبكرة، وأن يحاول كل منهما استمالتهم إليه على حساب الطرف الآخر.. وأن يشوه صورته لديه لكي ينتزع منه «شهادة» رخيصة بأنه محق، وأن الطرف الآخر مخطئ ومدان، وهي رخيصة بحق لأنها ضد كل القيم الدينية والأخلاقية، لقد أوصى الوحي الإلهي بضرورة إكرام الأب والأم.

إن أرخص فوز تناله «أم» هي أن تفوز بمشاعر ابنها على حساب مشاعره تجاه أبيه واحترامه له.. ونفس الشيء بالنسبة للأب إن أراد أن يفوز بمشاعر ابنه على حساب مشاعره واحترامه لها.

فمن يهتز رمز الأب في عينيه قد تهتز عنده قيم عديدة، وقد لا تلبث أن تهتز في مخيلته رمز الأم.

لذلك:

(٥) فمن صالح الطرفين دائمًا:

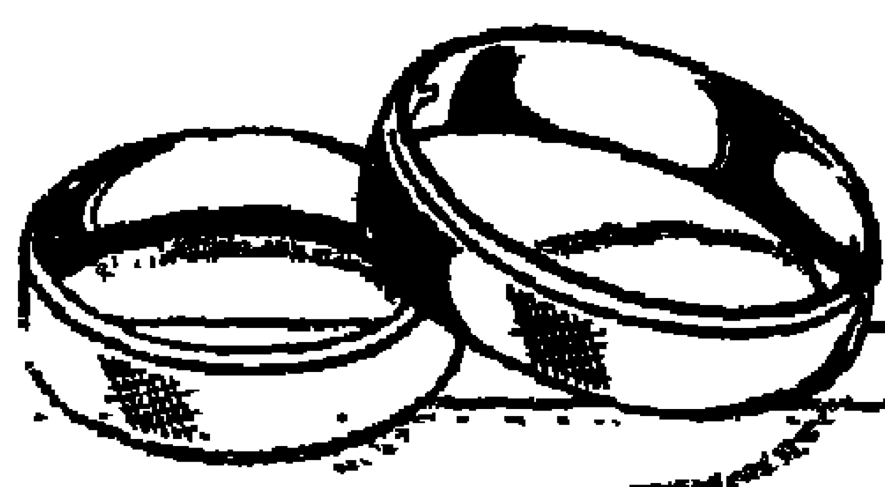
أن يحرصا على مثالية هذا الرمز المشترك واحترامه في عيون الأبناء، اتفقا أم اختلفا، سعداء بزواجهما أم شقيا به. وأفضل ما يفعلانه في ذلك هو: أن يحجبا

خلافاتهما عن الأبناء بقدر الإمكان، وأن يتعاملا معها بعيدًا عنهم، وأن يتوقفا عن المزايدة على مشاعر الأبناء واستمالتهم بتجريح الطرف الآخر وذمه في أنظارهم.

من كل ما تقدم: تتضح أهمية حرص الوالدين على الحفاظ على الانسجام، والتفاهم بينهما. وعلى مكافحة ما يهدده من عوامل التصدع على كافة الأصعدة، وذلك ليس من أجل سعادتهما وتوازنهما الشخصي وحسب، كما قد يبدو لأول وهلة، بل من أجل سلامة نمو أبنائهما أيضًا.

* * *

الخـــاتمـة



وأخيرًا بعد أن تفهمنا العوامل والوسائل التي تبني السعادة الزوجية، والعوامل المضادة التي تهددها.. لي كلمة أخيرة أرغب في توجيهها إلى كل من الزوجين هي أن يجعلا أساس حياتهما التسامح والتغاضي عن الأخطاء. وأن يمنح كل منهما نفسه للآخر بسخاء، وأن يقدر كل منهما أن سعادته إنما ستتحقق عن طريق إسعاده لشريكه، وألا يقيس كل منهما الآخر بعدد الحلي أو المجوهرات التي يهبه إياها. وإنما المقياس على ضوء سعادتهما معًا.. وحبهما لبعضهما الآخر.. فإذا روعيت هذه المستويات فإن الحياة الزوجية تبلغ أوج السعادة، إنها مستويات حقيقية لا زائفة، ولهذا لن يشعر أحد الزوجين بالمرارة أو الأسى لأنه اختار الآخر شريكًا لحياته.

وأرغب أن أنبه إلى نقطة هامة في هذا الكتاب هي بمثابة التوجيه الرئيسي له في ذلك هي ألا نقول «لا» للحياة أبدًا، وأن نقول لها «نعم» دائمًا، ألا نهرب منها بل نقبل عليها، ألا نواليها ظهورنا بل نواجهها بكل قدراتنا وكل حبنا، لأننا بذلك وحده، يمكن أن نحيا، ويمكن أن نجعل لحياتنا قيمة، وأن نستمد منها استمتاعًا وتحقيقًا وإشباعًا.

وثمة نقطة أخرى هي بمثابة المحور الثاني للكتاب:

ذلك هي الحب، لا الحب الذي رخص من كثره تداوله وأبتذل، ولكن الحب بمعنى التجاوب، التجاوب مع الحياة عمومًا، والتجاوب مع إنسان آخر مع القدرة على تذوق الحياة من جميع جوانبها معه بصفة خاصة.

فالحب قوة كامنة في الباطن، وهو في متناول كل فرد، وهو في هذا العالم المضطرب الثروة الوحيدة الثابتة التي نملكها ولا ينازعنا أحد فيها.

فإذا أرادت الزوجة أن تحب فيجب أن تحب، فكما قيل إن أشعة الشمس الداخلية لا تدفئ قلب مالكها فقط، لكنها تدفئ جميع من يتصلون بها.

وختامًا، وفقنا الله جميعًا إلى العمل على ما فيه خير أبنائنا وبناتنا ومساعدتهم على أن يحيوا حياة أسرية سعيدة تثمر أبناء يتمتعون بطفولة سعيدة، ومراهقة هادئة، ونضج متكامل وشباب وشابات سعداء هانئين.

* * *

مؤلفة هذا الكتاب

* استشاري نفسية وعصبية وطب نفسي أطفال.
* تخصصت في ميدان الطب النفسي بمعهد الطب النفسي بجامعة لندن.
* أنشأت بعد عودتها من لندن أول عيادة نفسية نموذجية للطلبة تماثل نظيراتها في الخارج.
* يشمل نشاطها العلمي العديد من الكتب المؤلفة والمترجمة في مجال الطب النفسي العام والطب النفسي للأطفال والمراهقين والإعاقات الذهنية.
* على اتصال مستمر بهيئة الصحة العالمية للصحة النفسية للتعرف على الحديث في مجال الطب النفسي.
* تمثل مصر بتقديم البحوث العلمية في المؤتمرات الدولية والمحلية في مجال الطب النفسي.
* تقوم بالتدريس وإلقاء المحاضرات لمختلف الفئات التي تعمل في مجال الطب النفسي العام، والطب النفسي للأطفال والمراهقين والمعاقين.
* تعقد ندوات ولقاءات مع العاملين والمدرسين وأولياء الأمور في مجال الطب النفسي للأطفال والمراهقين والمعاقين.

المحتويات

الموضوع	الصفحة
المقدمة	٣
الفصل الأول: أهمية التقارب النفسي والفكري خلال فترة الخطبة	٥
الفصل الثاني: الفروق بين الرجل والمرأة.	١٥
الفصل الثالث: الزواج أحد مفاتيح السعادة.	٢٩
الفصل الرابع: الحب . . والصحة النفسية والزواج.	٣٩
الفصل الخامس: الحب الزوجي وتنمية الإحساس بالانتماء.	٥٩
الفصل السادس: دور الزوج لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل في الحياة الزوجية.	٦٩
الفصل السابع: دور الزوجة لتحقيق الإحساس بالانتماء المتبادل في الحياة الزوجية.	٨٣
الفصل الثامن: دور الزوجين لتحقيق الإحساس بالانتماء.	٩٥
الفصل التاسع: الأسس التي تساعد على تحقيق السعادة الزوجية.	١٠٣
الفصل العاشر: الزواج الناجح وأثره على الأبناء.	١١٩
الفصل الحادي عشر: العوامل التي تهدد السعادة الزوجية.	١٣٥
الفصل الثاني عشر: الزواج الفاشل وأثره على الأبناء.	١٤٧
الخاتمة.	١٥٩
مؤلفة هذا الكتاب.	١٦٣
المحتويات.	١٦٤





الناشر

مكتبة الثقافة الدينية

٥٢٦ شارع بورسعيد / القاهرة
ت : ٢٥٩٢٢٦٢٠ ـ ٢٥٩٣٨٤١١ فاكس : ٢٥٩٣٦٢٧٧
ص.ب ٢١ توزيع الظاهر ـ القاهرة
E-mail : alsakafa_alDinaya@hotmail.com